

Expressief individualisme en religie

Hessel Zondag*

Summary

This article reports on a study of the relation between expressive individualism and religiosity. Data were collected among participants of Internet forums about New Age and Christian Religiosity (N=422). By way of factor analyses four dimensions of expressive individualism were distinguished: autonomy, to set oneself apart from others, self-development and expression of emotions. The relationship between expressive individualism and religion turns out to be ambivalent and is negatively dominated by autonomy. After removing the effect of autonomy, two patterns are still visible, both characterized by a positive connection to religiosity. To distinguish oneself from others is connected to a more traditional and institutional religiosity, and self-development more to private religiosity. The explanation of this (hidden) longing for religion is sought in the pressure resulting from an expressive individualistic way of life. Some suggestions for further research are given at the end of the article.

Inleiding

‘Ik geloof in God. Ik ben geen religieuze fanaticus. De laatste keer dat ik naar een kerk ging kan ik me niet herinneren. Mijn geloof heeft me ver gebracht. Het is Sheilaisme. Gewoon mijn eigen stemmetje. Gewoon proberen van jezelf te houden en aardig voor jezelf te zijn.’ We horen Sheila Larson aan het woord. Sheila Larson (een gefingeerde naam) werd bekend door een onderzoek van de socioloog Bellah en zijn collega’s (Bellah, Madsen, Sullivan, Swidler & Tipton 1985). Zij deden in hun boek ‘Habits of the heart’ verslag van het religieuze klimaat in de Verenigde Staten in de tweede helft van de 20e eeuw. In dat boek voerden Bellah et al. haar op als prototypisch voor de religieuze stand van zaken in de Westerse wereld.

Die religiositeit wordt wel getypeerd als geïndividualiseerd. Dit betekent dat religie vooral een persoonlijke en niet langer een gemeenschappelijke of

* Hessel Zondag is werkzaam als universitair docent psychologie aan de Faculteit Geesteswetenschappen, Universiteit van Tilburg.

institutionele zaak is. In Nederland lijkt de omvang van deze vorm van religiositeit aanzienlijk. Daarop wijzen veel gegevens uit het laatste 'God in Nederland' onderzoek (Bernts, Dekker & De Hart 2007). In 2006 noemde 61% van de Nederlandse bevolking zich buitenkerkelijk. Tegelijk echter bidt 63% wel eens, beschouwt 62% zichzelf als gelovig, gelooft 60% in het bestaan van een God of een hogere macht en zegt 50% (misschien) wel eens het bestaan van die God of een hogere macht te hebben ervaren. Er zijn dus veel meer mensen die geloven, zich als gelovig beschouwen en religieus handelen dan mensen die kerkelijk betrokken zijn. En ondanks die hoge onkerkelijkheid kent Nederland betrekkelijk weinig (14%) overtuigde atheïsten. Er zijn nog meer aanwijzingen voor het geïndividualiseerde karakter van de religiositeit van Nederlanders. Daarop wijst het percentage respondenten dat instemde met de volgende uitspraak uit dat laatste 'God in Nederland' onderzoek: 90% vindt 'dat je waarheid innerlijk moet ervaren'. Er is geen enkele reden om aan te nemen dat dit ook niet voor religieuze waarheid zal gelden. Voorts vindt 81% dat religie 'vooral iets persoonlijks en geen groepsgebeuren' is. En tenslotte is 79% van mening 'dat religie op zich niet zoveel met kerkelijkheid heeft te maken'.

Een belangrijk element van het geïndividualiseerde religieuze is dat iedereen zijn of haar eigen religieuze pakket samenstelt, een proces dat men wel bricolage noemt. Over de omvang van dat bricolagegedrag geeft het recente 'God in Nederland' onderzoek inzicht. 68% stemt in met de uitspraak 'religie moet je volgens mij bijeen zoeken in de wijsheid van allerlei tradities en ideeën', en 74% beaamt dat 'religie uit velerlei bronnen kan opwellen'.

Dergelijke zelfgeconstrueerde religieuze overtuigingen liggen niet voor eens en altijd vast, maar zijn veranderlijk, misschien juist wel omdat het ontbreekt aan institutionele inbedding. Batson noemt dit 'quest'-religiositeit (Batson, Schoenrade & Ventis 1993). Quest is een term die eigenlijk onvertaalbaar is, maar de term 'permanent bevragend' komt nog het dichtst in de buurt. Kenmerkend voor 'quest' is dat men zich op het standpunt stelt dat er op (religieus) existentiële vragen alleen voorlopige en geen definitieve antwoorden gegeven kunnen worden. Men acht het permanente bevragen belangrijker dan de antwoorden en men herziet opvattingen en handelen voortdurend. Een meerderheid van de Nederlanders lijkt deze houding aan te nemen. Zo is 64% het eens met de uitspraak 'Voor mij is religie iets dat voortdurend verandert tijdens je leven' en stemt 72% in met de stelling 'Religie heeft volgens mij meer te maken met zoeken dan met vaste overtuigingen' (Bernts, Dekker & de Hart 2007).

Die zelsamengestelde en veranderlijke religiositeit moet nauw aansluiten bij de eigen levenssituatie. Het kiezen van religieuze waarheid gebeurt niet zonder pragmatiek. Criterium lijkt te zijn dat religie helpt en vooral dat het *mij* helpt (Vuijsje 2007). Charles Taylor verwoordt dit pragmatisme pregnant: ‘Het religieuze leven of de religieuze praktijk waaraan ik deelneem, moet niet alleen mijn keuze zijn, maar ze moet mij ook aanspreken. Ze moet in termen van mijn spirituele ontwikkeling zoals ik die versta, zinvol zijn’ (Taylor 2003, 86). Net zoals iedereen bij de website van de Postbank onder het logo *mijn* Postbank zijn persoonlijke voorkeuren kan instellen gaat het bij het religieuze om *mijn* religie.

Een nadere en handzame typering van varianten binnen het individualisme vindt men bij Bellah et al. (1985). Zij omschrijven individualisme als het geloof in de intrinsieke waardigheid van de mens. Alles wat het recht van mensen schaadt om zelf te denken, te oordelen en te beslissen keurt men moreel af en ervaart men soms bijna als heiligschennis.

De auteurs onderscheiden binnen het individualisme vier varianten: bijbels, republikeins, utilitair en expressief individualisme. In het bijbels individualisme staat de rechtstreekse en in het innerlijk gelokaliseerde band tussen God en mens centraal. Het republikeins individualisme draait om het zelf inrichten van het openbaar bestuur en zorg voor de publieke zaak. In het utilitair individualisme gaat het om het behartigen van de eigen materiële belangen. En het expressief individualisme tenslotte benadrukt het bestaan van een voor iedereen unieke gevoelskern waaraan men uitdrukking moet geven om zichzelf te verwerkelijken. Volgens Bellah et al. (1985) en andere observatoren van deze tijd zoals Taylor (2003) en De Dijn (2006) is het de expressieve variant die het eerder geschetste klimaat rondom het religieuze bepaalt.

De bronnen van het expressief individualisme liggen in de 19e eeuw, in de romantiek, een stroming waarin subjectiviteit, ervaring, introspectie, intuïtie, emotie, spontaniteit en verbeelding belangrijk zijn. Belangrijk zijn het zelf en de expressie van dat zelf. Men gaat er van uit dat iedereen over een zelf beschikt dat men moet ontdekken, ontplooien en tot expressie brengen. Het zelf moet men tegen eisen gesteld door andere individuen en instituties beschermen (Capps & Fenn 1992). Elchardus en Lauwers (2000) noemen dit een geloofsartikel dat altijd als vanzelfsprekend aanvaard en nooit verantwoord wordt. Het zelf krijgt binnen het expressief individualisme onaantastbare, welhaast sacrale kwaliteiten toegeschreven. Al het andere vormt daarvan een afgeleide, het zelf is ‘the only or main form of reality’ (Coles 1980, 137).

Om vanuit het oogpunt van expressief individualisme in het leven te slagen moet men openstaan voor andere mensen, een grote verscheidenheid aan

ervaringen opdoen, een sterk, diep en sensueel gevoelsleven hebben, en dit alles uitdrukken ten overstaan van anderen. Vandaar dat men de aanduiding *expressief* individualisme gebruikt. Een vroege illustratie daarvan in het Nederlandse taalgebied zijn de 19^e eeuwse regels van Willem Kloos: 'Ik ben een God in het diepst van mijn gedachten, en zit in 't binnenst van mijn ziel ten troon'. Kloos zocht in de kunst de allerindividueelste expressie van de allerindividueelste emotie. Zijn tekst ligt niet ver af van de geloofsverklaring van Sheila Larson. Wat toen echter voorbehouden was aan een literaire elite is bij aanvang van de 21^{ste} eeuw 'lifestyle'.

Op basis van een theoretische analyse stellen Elchardus en Heyvaert (1991) dat het expressief individualisme zich kenmerkt door drie waarden. In de eerste plaats vindt men autonomie belangrijk. Men hecht aan zelfbeschikking en de mogelijkheid om zelf het leven te bepalen. Als tweede gaat men uit van de creativiteit van de persoon. Het individu is de belangrijkste bron van kracht en moet zich in zijn oorspronkelijkheid kunnen ontplooiën. En als derde wil men origineel en uniek zijn. Men wordt pas iemand wanneer men zich van anderen onderscheidt. Aan de hand van een factoranalyse op surveydata onderscheiden Elchardus en Lauwers (2000) aan expressief individualisme drie dimensies die maar deels overeenkomen met de eerder gevonden waarden. De eerste dimensie noemen de onderzoekers Zelfidentiteit. Hierbij gaat het om het ontdekken van je zelf, je hiermee identificeren en daar je hele leven trouw aan zijn. De tweede dimensie is Zelfonderscheiding. Dat is jezelf zien als iemand die uniek is en van anderen verschilt. Als derde dimensie wordt Emotivering onderscheiden. Dit betekent dat je gevoelens uitgangspunt voor je handelen moeten vormen en dat je vrij moet zijn en je vrij moet voelen om die te uiten. Alleen de waarde originaliteit en de dimensie Zelfonderscheiding komen overeen. Maar uit bovenstaande analyses kan men in ieder geval concluderen dat expressief individualisme geen homogene constructie is.

In het expressief individualisme zet men zich dus af tegen traditionele en institutioneel vormgegeven religie, en tegelijk onderschrijft men op idiosyncratische wijze religieus levensbeschouwelijke opvattingen. De vraag is waar in het expressief individualisme precies die reserve ligt tegenover institutioneel en als kant en klaar pakket vormgegeven religiositeit. Heeft dat van doen met alle daaraan te onderscheiden dimensies of met één of enkele? Het is deze vraag die ik in dit artikel wil beantwoorden, om daarmee bij te dragen aan de kennis over de verhouding tussen individualisering en religiositeit.

Om de vraag te beantwoorden behandel ik eerst de technische achtergronden van het onderzoek, vervolgens bespreek ik de resultaten, die ik aan het einde van de bijdrage bediscussieer.

Methode, instrumenten

Expressief Individualisme

De items die Expressief Individualisme meten zijn ontleend aan Elchardus en Lauwers (2000). Daarnaast stelde Elchardus items beschikbaar over zelfontplooiing, een belangrijk aspect van expressief individualisme.* Deze ontbraken in Elchardus en Lauwers (2000).

Voorbeelden van items zijn: 'Ik doe in eerste plaats mijn eigen zin', 'Wat de anderen daarvan denken kan mij niet veel schelen', 'Ik voel een sterke drang naar nieuwe ervaringen' en 'Jezelf kunnen zijn betekent: je emoties niet verbergen'. De antwoordmogelijkheden varieerden van 'Helemaal mee oneens' (1) tot 'Helemaal mee eens' (7).

Religie

Om religie zo breed mogelijk te meten is een veelvoud aan aspecten onderzocht. De meting bestaat uit zelfbeoordeling als religieus, gelovig en spiritueel; opvattingen over een uiteindelijke werkelijkheid; commitment; bidden en kerkelijke betrokkenheid.

Zelfbeoordeling als gelovig, religieus en spiritueel: de mate waarin men zich als gelovig, religieus en spiritueel beschouwt, is gemeten met afzonderlijke items. Bijvoorbeeld 'Kunt u aangeven hoe belangrijk spiritualiteit is in uw leven?' (spiritueel); 'Kunt u aangeven hoe religieus u bent?' (religieus) en 'Beschouwt u zich als gelovig?' (gelovig). De antwoordmogelijkheden varieerden van 'Helemaal niet belangrijk' (1) tot 'Heel erg belangrijk' (10) voor spiritueel; van 'Helemaal niet' (1) tot 'Helemaal wel' (7) voor religieus. De antwoordmogelijkheden voor de zelfbeoordeling als gelovig waren 'Nee' (1), 'Weet niet' (2) en 'Ja' (3).

Opvattingen over een uiteindelijke werkelijkheid: de items om de opvattingen over een uiteindelijke werkelijkheid te onderzoeken zijn ontleend aan Eisinga, Felling en Peters (1988). Er zijn vijf opvattingen over een uiteindelijke werkelijkheid onderscheiden: een christelijke, een transcendente, een binnenwereldlijke, twijfel aan het bestaan van een uiteindelijke werkelijkheid en ontkenning van het bestaan van een uiteindelijke werkelijkheid. Over iedere opvatting zijn twee vragen gesteld. Enkele voorbeelden zijn: 'Er bestaat een God die zich met ieder mens persoonlijk bezighoudt' (christelijk), 'Er bestaat

* In het kader van hun onderzoeksstage voerden studenten van de sectie Cultuur en Godsdienstpsychologie van de RU te Nijmegen het veldwerk uit. Zij corresponderden met Elchardus, die items beschikbaar stelde.

zoiets als een hogere macht die het leven beheerst' (transcendent) en 'God is voor mij niets anders dan het waardevolle in de mens' (binnenwereldlijk). De antwoordmogelijkheden liepen van 'Nog nooit over nagedacht' (1), 'Helemaal niet van overtuigd' (2) tot 'Helemaal van overtuigd' (6). Bij de analyse is het antwoord 'Nog nooit over nagedacht' als missing value aangemerkt. Om tot een beperking te komen van het aantal opvattingen over een uiteindelijke werkelijkheid is op de items factoranalyse uitgevoerd. Een principale componenten analyse met varimaxrotatie die 65% variantie verklaarde en waarbij twee dimensies werden onderscheiden, gaf een optimale combinatie van reductie van items en interpretatie. De dimensies waren een transcendente en een immanente duiding van een uiteindelijke werkelijkheid. Op de eerste dimensie laadden items zoals 'Ik geloof in het bestaan van een opperwezen', 'Er bestaat zoiets als een hogere macht die het leven beheerst' en 'Volgens mij bestaat er geen god of een hogere macht' (laadt negatief). Op de tweede dimensie laadden items zoals 'God is niet daarboven, maar alleen in de harten van de mens' en 'God is voor mij niets anders dan het waardevolle in de mens'. Van de op de factoranalyse gebaseerde schalen bestaat de schaal voor transcendente duiding uit zes en de schaal voor immanente duiding uit vier items.

Commitment: iemand kan aan zijn geloof, religie, visie op het leven of levensovertuiging meer of minder belang hechten, daar meer of minder betrokken op zijn. Dat noemen we commitment. Aan dat commitment zijn drie aspecten onderscheiden (Derks 1990; Zondag 1993). Ten eerste de steun die men aan zijn of haar geloof of levensovertuiging ontleent. Biedt dat iemand troost en gemoedsrust? Ten tweede, de bereidheid om voor het geloof te getuigen. Is men bereid tot vergaande consequenties om de eigen visie op het leven te verdedigen, zoals conflicten met anderen? Ten derde, de mate waarin men op geloof en levensovertuiging reflecteert. Voorbeelden van vragen die deze drie aspecten meten zijn 'Mijn (gelovige) levensvisie is mij tot steun als ik het moeilijk heb' (steun), 'Ik moet voor mijn (gelovige) levensvisie uitkomen, ook al zou ik daardoor maatschappelijk in de problemen komen' (getuigen) en 'Ik heb er behoefte aan regelmatig in alle rust na te denken over mijn (gelovige) levensvisie' (reflectie). De antwoordmogelijkheden op deze vragen varieerden van 'Helemaal mee oneens' (1) tot 'Helemaal mee eens' (7). De schalen die de aspecten steun en getuigen meten tellen ieder vijf items, de schaal die reflectie meet drie.

Bidden: in eerste plaats is gevraagd hoe vaak met bidt. De antwoordmogelijkheden varieerden van 'Nee, ik doe dit nooit' (1) tot 'Ja, vaak' (5). Vervolgens zijn in navolging van Banziger (2007) twee vormen van gebed onderscheiden, te weten gebed tot God en meditatief gebed. Gebed tot God is gebed waarbij

men contact met God zoekt om verbondenheid te ervaren, steun te vragen of uitdrukking te geven aan problemen. Meditatief gebed staat in het teken van reflectie en inkeer. Hier richt men zich niet speciaal tot iemand en vraagt men ook niets. De inzet van deze vorm van gebed is rust, reflectie en inzicht. Voorbeelden van items die gebed tot God meten zijn: 'Tijdens mijn gebed heb ik het gevoel dat ik contact heb met God', of 'Als ik geconfronteerd word met ziekte of dood, ga ik bidden', voorbeelden van items die over meditatief gebed gaan zijn: 'Tijdens mijn gebed overdenk ik allerhande gebeurtenissen' en 'Als ik bid probeer ik mijn gedachten op een rijtje te zetten'. De antwoorden op de vragen varieerden van 'Nooit' (1) tot 'Altijd' (7). De schalen die gebed tot God en meditatief gebed meten tellen 18, respectievelijk 6 items.

Kerkelijke betrokkenheid: om de kerkelijke betrokkenheid te meten zijn vragen gesteld over kerklidmaatschap, kerkbezoek, en deelname aan bijzondere kerkelijke activiteiten en het vervullen van bijzondere kerkelijke taken. De vraag over kerklidmaatschap luidde: 'Beschouwt u zichzelf op dit moment als lid van een kerk of geloofsgemeenschap?' Daarop kon men met 'Nee' of 'Ja' antwoorden. De vraag over kerkbezoek was als volgt geformuleerd: 'Bezoekt u wel eens diensten van een kerk of geloofsgemeenschap?' Daarop kon men antwoorden met: 'Nee, (praktisch) nooit', 'Ja, één of enkele malen per jaar', 'Ja, ongeveer 1 maal per maand' en 'Ja, ongeveer 1 maal per week'. De vraag over de deelname aan bijzondere kerkelijke activiteiten en het vervullen van bijzondere kerkelijke taken was als volgt gesteld: 'Hebt u een (speciale) taak of functie binnen een kerk of geloofsgemeenschap?' Daarop kon men met 'Nee' of 'Ja' antwoorden. De inhoud van het kerklidmaatschap is buiten beschouwing gelaten omdat de discussie over de relatie tussen religie en expressief individualisme zich toespitst op de mate van institutionele verbondenheid, niet op de inhoudelijke kleur van de organisatie.

Achtergrondgegevens

Tot slot is aan de deelnemers gevraagd naar hun geslacht, geboortedatum en hoogste afgeronde opleiding.

Methode, deelnemers en veldwerk

De data zijn verzameld in twee onderzoeken. Het eerste werd uitgevoerd in 2005 bij 264 respondenten, het tweede in 2007 bij 158 respondenten. In totaal zijn er dus 422 deelnemers. De data zijn *online* verzameld bij deelnemers aan internetfora over christelijke religiositeit en New Age. De gemiddelde leeftijd

van de deelnemers is 30 jaar (standaarddeviatie 12.75) en varieerde van 14 tot 70 jaar. Van de onderzochten was 41% man en 59% vrouw.

In het eerste onderzoek werd expressief individualisme gemeten met een vragenlijst met 28 items, daarin waren geen items opgenomen die betrekking hadden op de expressie van emoties, in het tweede onderzoek, met een versie met 33 items, waren daarover wel items opgenomen. De vragen naar kerklidmaatschap en kerkbezoek werden in beide onderzoeken gesteld. In het eerste onderzoek werden daarenboven vragen gesteld over kerkelijke activiteiten, de opvattingen over een uiteindelijke werkelijkheid en de zelfbeoordeling als spiritueel. In het tweede onderzoek werd ook gevraagd naar de zelfbeoordeling als gelovig en religieus, bidden en commitment.

Resultaten

Expressief Individualisme: analyse

Op de data over expressief individualisme is factoranalyse toegepast. Een vier-dimensionele oplossing met varimaxrotatie die 47% van de variantie verklaarde, gaf de beste combinatie tussen itemreductie en interpretatie. Bij deze procedure is gebruik gemaakt van een 'replace by mean' optie. Bij deze procedure kent men aan respondenten met een ontbrekende score op een item de gemiddelde score toe van de respondenten die wel op dit item scoorden. De vier gevonden dimensies zijn: Autonomie, Zich onderscheiden van anderen, Zelfontplooiing en Expressie van emoties. Voor een overzicht van de items – inclusief geroteerde factorladingen, gemiddelden en standaarddeviaties – wordt de lezer naar de bijlage verwezen.

Omdat niet alle items in beide onderzoeken zijn meegenomen is de uitkomst van deze factoranalyse op twee manieren gecontroleerd. In de eerste plaats is ze herhaald voor alleen die respondenten die op alle 33 items een score hadden; technisch uitgedrukt, er is gewerkt met de 'exclude cases listwise' optie. Deze procedure leverde nagenoeg dezelfde uitkomst op als de hierboven besproken analyse. In de tweede plaats is een factoranalyse toegepast op alleen de 28 items, waarop alle respondenten een score hadden. Deze items hadden betrekking op de dimensies Autonomie, Zich van anderen onderscheiden en Zelfontplooiing. De check zou zijn of een factoranalyse op de items waarop alle respondenten scoorden deze drie dimensies weer zou opleveren. Dat bleek inderdaad het geval.

De genen die autonomie belangrijk vinden, willen 'een eigen invulling aan het leven geven', 'zelf uitmaken wat wel en wat niet mag', 'eigen keuzes ma-

ken' en 'kunnen doen en laten wat zij zelf willen'. Non-conformisme staat hoog genoteerd. Men is niet van plan zich iets 'aan te trekken van gebruiken en gewoonten'. Men wil perse zijn 'eigen zin doen, al gaat dat in tegen wat aanvaard is', wat 'anderen denken, kan niet veel schelen'. Dit wordt met een behoorlijke stelligheid geponeerd, zij 'doen hun eigen zin en daarmee uit'. Degenen die zich van anderen onderscheiden, de tweede dimensie, vinden het belangrijk om 'vermijden te zijn zoals de meeste mensen' en 'geen kopie van anderen te worden'. Zich van anderen onderscheiden is een voorwaarde om jezelf te zijn. Wie zichzelf wil zijn moet 'origineel zijn' en zich 'van anderen onderscheiden'. 'Om jezelf te kunnen zijn, moet je je originaliteit beschermen' en 'mensen die zichzelf zijn vallen op door hun originaliteit'. Wie het belangrijk vindt zich te ontplooien, de derde dimensie, moet zijn 'eigen interesses volgen' en er voor zorgen dat men daar 'voldoende tijd en energie voor overhoudt'. Ook 'creatief werk', 'nieuwe ervaringen' en 'eerlijkheid en oprechtheid' tegenover anderen dragen bij aan zelfontplooiing. Iemand voor wie zelfontplooiing belangrijk is, moet eerlijk zijn tegenover zichzelf. Het is beter toe te geven dat je 'soms maskers draagt', in plaats van dat te ontkennen. De vierde en laatste dimensie, de expressie van emoties, houdt in dat je je 'gevoelens moet gehoorzamen' en je 'impulsen moet volgen'. Dat is 'beter voor iedereen'. Je moet die 'emoties de vrije loop laten, ook in de aanwezigheid van anderen', 'mensen die zichzelf zijn, uiten steeds eerlijk hun mening'.

Op basis van de uitkomsten van de factoranalyse zijn vier schalen geconstrueerd: Autonomie (10 items), Onderscheiden van anderen (8 items), Zelfontplooiing (9 items) en Expressie van emoties (5 items).

Expressief individualisme en religie

Een overzicht van de betrouwbaarheden, gemiddelden en standaarddeviaties van de metingen van expressief individualisme en religiositeit vindt de lezer in tabel 1.

Tabel 1. Betrouwbaarheden, Gemiddelden en Standaard Deviaties (SD) voor schalen.

	Betrouwbaarheid	Schaalbreedte (laag-hoog)	Gemiddelde	SD
Expressief individualisme				
Zelfontplooiing	.76	1-7	5.73	.78
Onderscheiden van anderen	.82	1-7	4.20	1.11
Expressie van emoties	.77	1-7	4.09	1.23
Autonomie	.87	1-7	4.06	1.06
Religiositeit				
Gelovig	-	1-3	2.60	.77
Religieus	-	1-7	5.12	2.06
Spiritueel	-	1-10	7.90	2.40
Transcendente duiding	.91	2-6	4.71	1.18
Immanente duiding	.76	2-6	3.32	1.08
Commitment: getuigen	.90	1-7	4.58	1.68
Commitment: steun	.88	1-7	5.53	1.34
Commitment: reflectie	.67	1-7	5.36	1.25
Bidfrequentie	-	1-5	4.24	1.07
Gebed gericht tot God	.95	1-7	4.20	1.46
Meditatief gebed	.72	1-7	4.20	1.23
Kerklidmaatschap	-	1-2	1.51	.50
Kerkbezoek	-	1-4	2.54	1.31
Kerkelijke activiteit	-	1-2	1.42	.49

Betrouwbaarheden: Cronbachs Alpha. - = Niet van toepassing, meting door een item

Uit de gemiddelde scores blijkt dat zelfontplooiing de meeste instemming heeft van de aan expressief individualisme onderscheiden dimensies. Daarboven is bij deze dimensie de standaarddeviatie het laagste. Dat betekent dat zelfontplooiing niet alleen hoog aangeschreven staat, maar dat men daarover ook relatief weinig van mening verschilt. De minste instemming heeft autonomie. De verschillen in gemiddelde scores op autonomie, expressie van emoties en onderscheiden van anderen zijn gering en overschrijden de $p < .05$ marge niet. De verschillen tussen de gemiddelde scores op zelfontplooiing en de andere drie dimensies zijn wel significant ($p < .001$). Alle gemiddelde scores op de vier aspecten van expressief individualisme liggen boven het schaal-midden van 4. Dat betekent dat expressief individualisme in alle aspecten op instemming kan rekenen, althans in de onderzochte populaties.

Er is geen samenhang tussen enerzijds geslacht en leeftijd en anderzijds de vier dimensie van expressief individualisme. Wel is er een relatie tussen expressie van emoties en opleiding (pearson correlatie $-.19$, $p < .05$). Er is dus een zwakke tendens bij degenen met een hoger opleidingsniveau om minder belang te hechten aan de expressie van emoties. Tussen opleidingsniveau

en de overige dimensies van expressief individualisme bestaat geen samenhang.

Hoe hangen de vier dimensies van expressief individualisme onderling samen? Het antwoord op deze vraag wordt besproken aan de hand van tabel 2.

Tabel 2 Pearson Correlaties tussen dimensies van Expressief Individualisme

	2	3	4
1. Onderscheiden van anderen	.55***	.38***	.35***
2. Expressie van emoties		.56***	.40***
3. Autonomie			.40***
4. Zelfontplooiing			

*** $p < .001$.

De vier aspecten van expressief individualisme hangen nauw en positief met elkaar samen. Die samenhangen variëren van .35 (de correlatie tussen onderscheiden van anderen en zelfontplooiing) tot .56 (de correlatie tussen autonomie en de expressie van emoties). Dat alle samenhangen positief zijn betekent dat wie zich in een van de vier aspecten van expressief individualisme kan vinden, zich doorgaans ook in de andere drie kan vinden.

De relatie tussen expressief individualisme en religiositeit wordt in twee stappen besproken. Eerst worden de enkelvoudige samenhangen tussen expressief individualisme en religiositeit behandeld (tabel 3), daarna wordt een regressieanalyse van de vier aspecten van expressief individualisme op religiositeit besproken (tabel 4).

Tabel 3. Pearson Correlaties tussen Expressief Individualisme en Religiositeit

	Expressief Individualisme			
	Onderscheiden	Expressie	Zelfontplooiing	Autonomie
Gelovigheid	-.01	-.11	.05	-.32***
Religieus	.02	-.08	-.02	-.36***
Spiritueel	.07	-	.07	.06
Transcendente duiding	.13	-	-.20**	-.41***
Immanente duiding	.11	-	.26***	.39***
Commitment: getuigen	.17*	-.05	.06	-.32***
Commitment: steun	.05	-.04	.21**	-.24**
Commitment: reflectie	.11	-.02	.21**	-.13
Bidfrequentie	-.02	-.17*	.06	-.37***
Gebed gericht tot God	.08	-.09	-.02	-.40***
Meditatief gebed	.10	.05	.27***	-.09
Kerklidmaatschap	-.10	-.41***	-.27***	-.45***
Kerkbezoek	-.04	-.26**	-.18***	-.50***
Kerkelijke activiteit	.10	-	.07	-.31***

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; - = niet opgenomen in onderzoek.

De aard van de samenhang tussen de vier dimensies van expressief individualisme en religiositeit verschilt per dimensie. Dat betekent dat de onderscheiden aspecten van expressief individualisme een verschillende betekenis voor religiositeit hebben.

Er is geen relatie tussen zich van anderen onderscheiden en religiositeit, uitgezonderd een zwak positief verband met getuigen. De verbanden tussen de expressie van emoties en religiositeit zijn alle negatief van aard. De sterkte daarvan varieert van zwak (bidfrequentie) tot behoorlijk (kerklidmaatschap). Tussen zelfontplooiing en religiositeit zijn negatieve relaties met kerklidmaatschap, kerkbezoek en een transcendente bestaansduiding, en positieve met meditatief gebed en een immanente duiding van het bestaan. Van de vier dimensies van expressief individualisme is autonomie het sterkst op religiositeit betrokken, en wel in negatieve zin. Wie autonomie belangrijk vindt, moet weinig van religie hebben. En dat geldt vooral voor een transcendente duiding van het bestaan, gebed gericht tot God, kerklidmaatschap en kerkbezoek. Deze negatieve houding tegenover het religieuze wordt geaccentueerd door de positieve relatie met een immanente duiding van het bestaan. Dit accent wordt nog sprekender wanneer men daarbij de negatieve correlatie tussen een immanente en een transcendent duiding van het leven betreft. De Pearson correlatie tussen deze beide manieren van duiden is $-.59$ ($p < .001$). Een immanente en een transcendente duiding van het bestaan staan haaks op elkaar.

Een eerste antwoord op de vraag naar de negatieve relatie tussen expressief individualisme en religiositeit is dat die vooral samenhangt met de waarde die men hecht aan autonomie. Wie autonomie belangrijk vindt, distantieert zich van religieuze instituties en praktijken, een transcendente duiding van het bestaan en heeft ook weinig commitment met (religieuze) levensbeschouwing.

Eerder constateerden we dat de vier onderscheiden dimensies van expressief individualisme onderling sterk samenhangen. Om meer inzicht te krijgen in de afzonderlijke betekenis van de vier dimensies zijn in twee stappen stepwise regressieanalyses uitgevoerd. In de eerste stap is religiositeit voorspeld vanuit leeftijd, geslacht en opleidingsniveau, in de tweede stap zijn de vier dimensies van expressief individualisme ingevoerd. De resultaten staan in tabel 4.

Tabel 4. Stepwise regressie-analyse van geslacht, leeftijd, opleidingsniveau en dimensies van expressief individualisme op religiositeit. Bètagewichten.

	Achtergrond			Expressief Individualisme				R ²
	1	2	3	1	2	3	4	
Gelovigheid Model 1	.17	-.19						.06
Gelovigheid Model 2	.15	-.17				-.42	.28	.19
Religieus Model 1		-.23						.05
Religieus Model 2		-.19		.22		-.41		.17
Spiritueel Model 1		.18						.03
Spiritueel Model 2					n.v.t.			
Transcendente duiding Model 1	-.18							.03
Transcendente duiding Model 2	-.16			.23	n.v.t.	-.47		.23
Immanente duiding Model 1	.16							.02
Immanente duiding Model 2	.15				n.v.t.	.40		.18
Commitment: getuigen Model 1		-.26	-.16					.07
Commitment: getuigen Model 2		-.19		.41		-.49		.26
Commitment: steun Model 1		-.17						.03
Commitment: steun Model 2		-.15				-.43	.48	.23
Commitment: reflectie Model 1								
Commitment: reflectie Model 2						-.31	.36	.11
Bidfrequentie Model 1		-.17						.03
Bidfrequentie Model 2						-.50	.30	.21
Gebed gericht tot God Model 1		-.38	-.23					.15
Gebed gericht tot God Model 2		-.31	-.14	.28		-.48		.32
Meditatief gebed Model 1		-.21						.04
Meditatief gebed Model 2		-.20				-.26	.40	.16
Kerklidmaatschap Model 1		-.29						.18
Kerklidmaatschap Model 2		-.25		.22	-.28	-.41		.33
Kerkbezoek Model 1		-.33						.10
Kerkbezoek Model 2		-.28		.21		-.54		.32
Kerkelijke activiteiten Model 1		-.16						.02
Kerkelijke activiteiten Model 2				.19	n.v.t.	-.34		.12

Bètagewichten $p < .05$. R^2 = Adjusted R Square. Opgenomen in model 1: 1 = geslacht (1 = man; 2 = vrouw); 2 = leeftijd; 3 = opleiding. Opgenomen in model 2: 1 = onderscheiden van anderen; 2 = expressie van emoties; 3 = autonomie; 4 = zelfontplooiing

De uitkomsten van de regressieanalyses bevestigen de negatieve relatie tussen autonomie en religiositeit. Ook nu blijkt autonomie in negatieve zin de dominerende factor. Autonomie is in bijna alle voorspellingen betrokken en verklaart daarenboven vaak de meeste variantie. Dit geldt in inhoudelijk opzicht (het afwijzen van een transcendente duiding van het bestaan en het beamen van een immanente duiding), in institutioneel opzicht (minder kerkelijk in alle drie onderscheiden aspecten), deels wat betreft commitment (minder bereidheid om te getuigen) en deels wat betreft bidden (minder frequent en minder affiniteit met gebed gericht tot God).

Maar de regressieanalyses maken ook een complexere verhouding tussen expressief individualisme en religiositeit zichtbaar. Zo blijkt na uitpartialiseren van het effect van autonomie frequent sprake van een positieve samenhang tussen zelfontplooiing en zich onderscheiden van anderen enerzijds en religiositeit anderzijds. Wie zich wil onderscheiden van anderen staat positiever tegenover een transcendente duiding van het bestaan, noemt zich vaker religieus, is vaker bereid te getuigen, richt zich in gebed vaker tot God en is in alle opzichten kerkelijker betrokken. Na uitschakelen van het effect van autonomie is er een positieve samenhang tussen zelfontplooiing en zichzelf gelovig noemen en gebedsfrequentie. Daarnaast wordt de positieve relatie tussen zelfontplooiing, en steun, bereidheid tot reflectie en affiniteit met meditatief gebed sterker en verdwijnt de negatieve relatie met een transcendente duiding van het bestaan, kerklidmaatschap en kerkbezoek.

Discussie

De relatie tussen de dimensies van expressief individualisme – autonomie, zich onderscheiden van anderen, zelfontplooiing en expressie van emoties – en religie kenmerkt zich door drie deels tegenstrijdige patronen. Autonomie domineert die relatie, in negatieve zin. Wie autonomie hoog in zijn vaandel voert, heeft weinig op met religie. Dat geldt voor alle in dit onderzoek onderscheiden aspecten van religie. Er is sprake van een massief ‘nee’, dat geaccentueerd wordt door het beamen van een immanente duiding van het bestaan. De reserve van het expressief individualisme ten opzichte van institutionele en traditionele religiositeit hangt samen met de autonomiedimensie van deze levenshouding.

Daarnaast zijn er nog twee patronen die door de dominantie van autonomie niet tot uitdrukking komen. Die patronen kenmerken zich door een positieve verhouding tot religie en clusteren rondom zich onderscheiden van

anderen en zelfontplooiing. Zich onderscheiden van anderen hangt positief samen met zich als religieus omschrijven, geloof in een persoonlijke God op wie men zich ook in gebed richt, bereid zijn voor je levensovertuiging te getuigen, kerklidmaatschap, kerkbezoek en verrichten van kerkelijke activiteiten. Misschien kan men stellen dat zich van anderen onderscheiden samengaat met een voorkeur voor traditioneel en institutioneel vormgegeven religiositeit. Zelfontplooiing gaat positief samen met zichzelf als gelovig omschrijven, steun ervaren aan de eigen levensovertuiging en op die levensovertuiging reflecteren, en bidden met een voorkeur voor meditatief gebed. Het lijkt erop dat zelfontplooiing samengaat met geprivatiseerde religiositeit. Het ontbreken van samenhangen tussen zelfontplooiing en institutioneel vormgegeven religiositeit (na uitschakeling van het effect van autonomie) ondersteunt dit gegeven. In deze privé religiositeit is men in sterke mate op zichzelf geconcentreerd. Daarop wijst de voorkeur voor meditatief gebed. Dat is gebed waarbij niet God maar waar men zelf centraal staat en dat gericht is op zelfreflectie. Deze vorm van gebed beschouwt men ook wel als een vorm van psychotechniek (Bernts, Dekker & de Hart 2007), een manier om om te gaan met levensproblemen. Dat die omgang met problemen belangrijk is bij privé religiositeit, daarop wijst ook de samenhang met het ervaren van steun van de (religieuze) levensbeschouwing en zelfontplooiing.

De auteurs van het laatste 'God in Nederland' onderzoek duiden deze privé religiositeit ook wel aan als postmoderne religiositeit. Dat is een vorm van religiositeit die sterk betrokken is op de persoon, waarbij reflectie, zoeken en religieuze ervaring centraal staan. Soms duidt men deze vorm van religiositeit wel aan als 'egoreligie' (Dekker 2004) of 'zelfreligie' (Elchardus & Lauwers 2000).

De relatie tussen expressief individualisme en religie is dus ambivalent. Een eerste en dominante impuls is afweer, ingegeven door autonomie. Tegelijk kenmerkt het expressief individualisme zich door een onderhuids verlangen naar het religieuze. Waar kan de bron van dit verlangen liggen?

Het expressief individualistische project biedt veel mogelijkheden. Mensen kunnen het leven in hoge mate zelf vormgeven en naar eigen inzichten inrichten. Deze mogelijkheden hangen nauw samen met het ervaren van geluk in het leven. Zo zijn leden van culturen waarin een expressief individualistische levensstijl dominant is gelukkiger dan leden van culturen waarin dit niet het geval is (Kitayama, Duffy & Uchida 2007; Tov & Diener 2007). Tegelijk is dat autonome project niet zonder problemen. Daarop wijst het paradoxale gegeven dat in diezelfde culturen ook de meeste suïcides voorkomen (Diener

& Sun 1999) en de depressiecijfers al jaren bijzonder hoog zijn (Dehue 2008; Seligman 1988).

Een expressief individualistische manier van leven is ook belastend. Binnen het expressief individualisme is het zelf de centrale as van het bestaan. Wie er in slaagt zichzelf te verwerklijken mag zichzelf daarvoor prijzen, wat zijn uitdrukking vindt in het ervaren van geluk. Wie faalt heeft geen andere mogelijkheid dan dit zichzelf aan te rekenen (Baumeister 1987; 1991a; Dehue 2008; Seligman 1988). Aan dit proces, waarbij men wat plaatsvindt in het leven toeschrijft aan eigen inzet en bekwaamheid en niet aan de werking van toeval, en externe en oncontroleerbare krachten (Weiner 1992), is nauwelijks te ontkomen. Expressief individualisme is niet alleen een kwestie van mogen, maar ook van moeten. Het kent een sterk normatief moment; men moet van zichzelf uitgaan, moet het eigen leven maken en moet zichzelf verwerklijken (Sunier 2004; Yankelovich 1982).

Dit permanent benadrukken van de eigen verantwoordelijkheid geeft een bestaansdruk waar men wel eens vanaf wil. Baumeister (1991b) spreekt in dit verband over 'escaping the self'. En in zijn gelijknamige boek schetst hij een aantal ontsnappingsroutes: de roes van eten, drugs en alcohol, en zelfmoord als de meest radicale variant. Hij noemt ook religie en beschouwt die variant als een constructieve oplossing. Bij religiositeit gaat het om zoeken naar een instantie of een institutie die alle menselijke maat overstijgt en daarmee het zelf te boven gaat. Een 'overgave' die het zelf ontlast.

We zagen dat er in die wending tot religie twee varianten bestaan. Een gaat richting traditionele en gemeenschappelijk beleefde religiositeit. Wellicht kan men zeggen dat de oplossing bestaat in de oriëntatie op iets anders dan het zelf. In het tweede geval zoekt men de oplossing in privé religiositeit. Hier zoekt men de oplossing in een religieuze variant waarbij men zich in hoge mate op zichzelf concentreert.

Men kan zich de vraag stellen of de laatste oplossing adequaat is wanneer men om wil gaan met de hoge bestaansdruk die een expressief individualistische stijl van leven met zich meebrengt. De oplossing wordt gezocht in het benadrukken van het zelf, wat nu juist de aanleiding tot het probleem vormde. Niettemin blijkt uit de gegevens dat de betrokkenen wel steun ervaren van deze manier van omgaan met problemen, dit blijktens de samenhang met het steunaspect van de (religieuze) levensbeschouwing.

Het onderzoek is uitgevoerd bij deelnemers aan internetdiscussiegroepen over christelijke religiositeit en New Age. Bij deelnemers aan dergelijke groepen mag men een bovengemiddelde betrokkenheid op religieuze en levensbe-

schouwelijke onderwerpen veronderstellen. Deze mensen neigen er toe voorkeuren op dit gebied ook te laten doorwerken op andere domeinen (Donahue 1985). Daarom zijn de in dit onderzoek gevonden relaties tussen expressief individualisme en religiositeit wellicht relatief sterk. Onderzoek onder groepen voor wie religie en levensbeschouwing er relatief weinig toe doen is daarom een volgende onderzoeksstap. Hypothese daarbij kan zijn dat er in deze groep minder samenhang wordt gevonden tussen expressief individualisme en religie.

Veelvuldige gebruikers van Internet neigen naar een expressief individualistische levensstijl (Van Halen & Van Kokswijk 2006). Zij zullen autonomie benadrukken en zich afzetten tegen religiositeit. Tegelijk zal bij hen wellicht het onderhuids verlangen naar het religieuze sterk zijn. Dit zal zich – na uitshakeling van het effect voor autonomie – uitdrukken in relatief sterke samenhangen tussen het verlangen zich te onderscheiden en traditionele en gemeenschappelijke religiositeit, en zelfontplooiing en privéreligie. Of dit het geval is, is te onderzoeken door een afname via een ander medium dan Internet. Onder deze respondenten mag men een zwakkere samenhang tussen expressief individualisme en religie verwachten.

Literatuur

- Bänziger, S. (2007),
Still Praying strong. An empirical study of the praying practices in a secular society, Enschede: PrintPartners Imkamp.
- Batson, C., Schoenrade, P. & Ventis, W. (1993),
Religion and the individual. A social-psychological perspective, New York: Oxford University Press.
- Baumeister, R. (1987),
 How the self became a problem: A psychological review of historical research, in:
Journal of Personality and Social Psychology, 52, 163-176.
- Baumeister, R. (1991a),
Meanings of life, New York: The Guilford Press.
- Baumeister, R. (1991b),
Escaping the self. Alcoholism, Spirituality masochism, and other flights from the burden of selfhood, New York: Basic Books.
- Bellah, R., Madsen, R., Sullivan, W., Swidler, A. & Tipton, M. (1985),
Habits of the heart. Individualism and commitment in American life, Berkeley: University of California Press.

- Bernts, T., Dekker, G. & Hart, J. de (2007),
God in Nederland 1996-2006, Kampen: Ten Have.
- Capps, D. & Fenn, R. (1992),
 Introduction, in: Capps, D. & R. Fenn (eds.), *Individualism reconsidered. Readings bearing on the endangered self in modern society*, Akron: A & A Printing Co. Inc, 1-10.
- Coles, R. (1980),
 Civility and psychology, in: *Daedalus*, summer, 132-141.
- Dehue, T. (2008),
De depressie-epidemie, Amsterdam: Uitgeverij Augustus.
- Dekker, G. (2004),
 Egoëligie verdringt godsdienst, in: *Trouw*, 18 maart.
- Derks, F. (1990),
Religieuze attitude-theorieën, Nijmegen (Dissertatie Katholieke Universiteit Nijmegen).
- Diener, E. & Sun, E. (1999),
 National differences in subjective well-being, in: Kahneman, D., E. Diener & N. Schwarz (eds.), *Well-being. The foundations of hedonistic psychology*, New York: Russell Sage Foundation, 434-450.
- Donahue, M.J. (1985),
 Intrinsic and extrinsic religiousness: Review and meta-analysis, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 400-419.
- Dijn, H. de (2006),
Religie in de 21ste eeuw. Kleine handleiding voor voor- en tegenstanders, Kampen: Klement.
- Elchardus, M. & Heyvaert, P. (1991),
Soepel, flexibel en ongebonden. Een vergelijking tussen twee laat-moderne generaties, Brussel: VUB-press.
- Elchardus, M. & Lauwers, S. (2000),
 De zelfreligie. Een exploratie van haar betekenis en dimensies, in: *Sociologische Gids*, 5, 330-349.
- Eisinga, R., Felling, B. & Peters, J. (1988),
Voor God en vaderland, Nijmegen: Instituut voor Toegepaste Sociale Wetenschappen.
- Halen, C. van & Kokswijk, J. van (2006),
 De wannabe/wannado-generatie. Jongeren in het digitale tijdperk, in: Oomen, P.M., J. W. Osse & V.G. Kirkels (red.), *Cyberspace. Zijn, denken en bewegen in een grenzeloze wereld*. Nijmegen: Uitgeverij Valkhof Pers, 49-79.
- Janssen, J. (2007),
Religie in Nederland: kiezen of delen?, Tilburg: KSGV.
- Kitayama, S., Duffy, S. & Uchida, Y. (2007),
 Self as cultural mode of being, in: Kitayama S. & D. Cohen (eds.), *Handbook of cultural psychology*, New York: The Guilford Press, 136-174.

- Seligman, M. (1988),
Boomer blues, in: *Psychology Today*, October, 50-55.
- Sunier, T. (2004),
Individualisme als opdracht, in: Duyvendak J.W. & M. Hurenkamp (red.), *Kiezen voor de kudde. Lichte gemeenschappen en de nieuwe meerderheid*, Amsterdam: Uitgeverij Van Genneep, 185-202.
- Taylor, Ch. (2003),
Wat betekent religie vandaag?, Kampen: Klement.
- Tov, W. & E. Diener (2007),
Culture and subjective well-being, in: Kitayama S. & D. Cohen (eds.), *Handbook of cultural psychology*, New York: The Guilford Press, 691-713.
- Vuijsje, H. (2007),
Tot hier heeft de Heer ons geholpen. Over godsbeelden en goed gedrag, Amsterdam: Uitgeverij Contact.
- Weiner, B. (1992),
Human motivation. Metaphors, theories and research, Newbury Park, CA: Sage.
- Yankelovich, D. (1982),
Nieuwe regels. Op zoek naar zelfontplooiing in een omgekeerde wereld, Baarn: Amboboeken.
- Zondag, H.J. (1993),
Een taak met ruimte, Nijmegen: UDN.

Bijlage

Factoranalyse Expressief Individualisme. Dimensies, items, factorladingen, gemiddelden en standaarddeviaties

	L	M	SD
Autonomie			
Ik wil zelf kunnen uitmaken wat mag en niet mag.	.77	3.96	1.63
Ik wil kunnen doen en laten wat ik zelf wil.	.75	4.54	1.48
Ik doe mijn eigen zin en daarmee uit.	.70	3.64	1.46
Ik doe in eerste plaats mijn eigen zin. Wat de anderen daarvan denken kan mij niet veel schelen.	.66	3.88	1.64
Ik doe altijd mijn eigen zin, ook al gaat het volledig in tegen wat algemeen aanvaard is.	.66	3.20	1.51
Ik wil niet aan regels gebonden zijn.	.61	3.85	1.66
Zowel binnenshuis als buitenshuis trek ik me niets aan van de gebruiken en gewoontes in de samenleving.	.57	2.85	1.52
Ik wil van niemand afhankelijk zijn.	.55	4.21	1.75
Ik wil een eigen invulling geven aan het leven.	.49	5.34	1.62
Jezelf kunnen zijn betekent: je eigen keuzes maken in het leven.	.40	5.09	1.52
Onderscheiden van anderen			
Men moet zoveel mogelijk vermijden te zijn zoals de meeste mensen.	.74	3.42	1.50
Jezelf kunnen zijn betekent: je van anderen onderscheiden.	.72	3.81	1.56
Men moet zich van anderen onderscheiden.	.69	4.24	1.50
Men moet in alles persoonlijkheid nastreven, geen kuddedier zijn.	.62	4.39	1.64
Originele mensen stijgen onvermijdelijk boven de massa uit.	.57	4.72	1.57
Jezelf kunnen zijn betekent: je originaliteit beschermen.	.55	4.21	1.54
Mensen die zichzelf zijn, vallen op door hun originaliteit.	.54	4.40	1.51
Een van de belangrijkste doelen in het leven is er voor te zorgen dat men geen kopie wordt van iemand anders.	.53	4.42	1.85
Zelfontplooiing			
Ik vind het belangrijk dat ik mijn interesses kan volgen.	.70	5.73	1.15
Ieder mens is uniek.	.57	6.56	1.03
Ik wil voldoende tijd en energie overhouden om mijn persoonlijke interesses te beoefenen.	.55	5.61	1.27
Een goede vriend is iemand waarbij je niet moet doen alsof, maar waarbij je altijd eerlijk en oprecht kunt zijn.	.54	6.32	1.08
Het is belangrijk voor mij om creatief werk te vinden waarin ik mezelf kan ontplooien.	.54	5.31	1.53

Jezelf kunnen zijn betekent: ontdekken wie je werkelijk bent.	.51	5.71	1.29
Elke mens heeft unieke kenmerken, het zijn deze kenmerken die de mens boeiend maken.	.50	5.93	1.18
Ik voel een sterke drang naar nieuwe ervaringen.	.48	4.92	1.45
Ik heb liever mensen die toegeven dat zij maskers dragen dan mensen die beweren dat zij geen maskers dragen.	.46	5.60	1.33

Expressie van gevoelens

Jezelf kunnen zijn betekent: je emoties niet verbergen.	.71	4.53	1.67
Het is belangrijk dat men zijn emoties de vrije loop laat, ook in de aanwezigheid van anderen.	.70	4.06	1.70
Mensen die zichzelf zijn, uiten steeds eerlijk hun mening.	.66	4.39	1.67
Als ik mijzelf wil zijn, moet ik mijn gevoelens gehoorzamen.	.66	4.25	1.73
Mensen zijn van nature goed. Als ze hun impulsen volgen, is dat beter voor iedereen.	.64	3.20	1.85

Verklaarde variantie 47%. Schaalbreedte = 1 ('Helemaal mee oneens') – 7 ('Helemaal mee eens'). L = geroteerde factorlading (Principale Componenten Analyse met varimaxrotatie); M = gemiddelde score; SD = standaarddeviatie.