

Inleiding in de persoonlijkheidspsychologie

Inleiding in de persoonlijkheids- psychologie

Redactie:
Dick Barelds en Pieterneel Dijkstra

Boom

Inhoud

Inleiding	7
1 Persoonlijkheid: een introductie	11
<i>Dick P.H. Barelds</i>	
1.1 Wat is persoonlijkheid?	11
1.2 Stabiliteit van persoonlijkheid	16
1.3 Erfelijkheid van persoonlijkheid	18
1.4 Het vakgebied persoonlijkheidspsychologie	26
1.5 Samenvatting	27
Opdrachten	28
Literatuur	29
2 Klassieke modellen van persoonlijkheid	33
<i>Pleun van Vliet en Mark Leegsma</i>	
2.1 Sigmund Freud en de psychoanalyse	34
2.2 Fred Skinner en het behaviorisme	46
2.3 Carl Rogers en het humanisme	58
2.4 George Kelly en het cognitivism	67
2.5 Samenvatting	77
Opdrachten	79
Literatuur	82
3 Moderne kijk op persoonlijkheid	85
<i>Boele de Raad</i>	
3.1 Jezelf beschrijven	85
3.2 Persoonspraat	87
3.3 De lexicale hypothese	88
3.4 Taxonomieën	90
3.5 Cultuurverschillen in persoonlijkheid	96
3.6 Hiërarchie van structuren	109
3.7 Samenvatting	114
Opdrachten	116
Literatuur	117
4 Het meten van persoonlijkheid	123
<i>Dick P.H. Barelds</i>	
4.1 Kwaliteit van persoonlijkheidsmetingen	123
4.2 Soorten persoonlijkheidstests	135
4.3 Wanneer is een assessment van de persoonlijkheid zinvol?	154

4.4	Problemen met persoonlijkheidsassessment	156
4.5	Samenvatting	160
	Opdrachten	161
	Literatuur	162
5	De rol van persoonlijkheid in het leven van alledag	165
	<i>Pieterneel Dijkstra</i>	
5.1	Sekseverschillen in persoonlijkheid	166
5.2	Cultuurverschillen in persoonlijkheid	178
5.3	De rol van persoonlijkheid in (partner)relaties	181
5.4	De rol van persoonlijkheid op werk en school	189
5.5	Het verband tussen persoonlijkheid en gezondheid	195
5.6	Persoonlijkheid en coping	203
5.7	Samenvatting	207
	Opdrachten	209
	Literatuur	210
6	Intelligentie	219
	<i>Marc P.H. Hendriks & Paul T. van der Heijden</i>	
6.1	Wat is intelligentie?	219
6.2	Relatie persoonlijkheid en intelligentie	220
6.3	De definitie van intelligentie	223
6.4	Het concept intelligentie vanuit historisch perspectief	225
6.5	De biologische basis voor intelligentie	236
6.6	Intelligentietests en IQ	243
6.7	Enkele veelgebruikte intelligentietests in Nederland	251
6.8	Intelligentieverschillen tussen groepen	259
6.9	Samenvatting	266
	Opdrachten	267
	Literatuur	268
7	Persoonlijkheidsstoornissen	273
	<i>Pieterneel Dijkstra</i>	
7.1	Wat is normaal?	273
7.2	Persoonlijkheidsstoornissen	275
7.3	Sekse- en leeftijdsverschillen	288
7.4	Oorzaken en ontwikkeling van persoonlijkheidsstoornissen	290
7.5	Behandelen van en omgaan met mensen met een persoonlijkheidsstoornis	292
7.6	Samenvatting	301
	Opdrachten	302
	Literatuur	303
	Register	307
	Over de auteurs en redactie	313

Inleiding

De persoonlijkheidspsychologie is de tak van de psychologie die zich bezighoudt met het bestuderen van persoonlijkheid. Meer specifiek houdt deze tak van de psychologie zich bezig met het bestuderen van de manieren waarop mensen, psychologisch gezien, van elkaar verschillen en wat dit voor gevolgen heeft voor hoe mensen zich voelen, hoe ze denken en hoe ze zich gedragen. Daarbij wordt de aandacht zowel gericht op hele algemene kenmerken die passen bij het mens zijn (onderzoek naar de menselijke natuur), als hele individuele eigenschappen waarin mensen van elkaar verschillen.

De persoonlijkheidspsychologie heeft binnen de psychologie altijd een belangrijke plek ingenomen en wordt door sommigen ook wel als de kern van de psychologie gezien. De persoonlijkheidspsychologie zoekt een antwoord op vragen zoals: 'Wat is persoonlijkheid en waar wordt deze door bepaald?', 'Welke persoonlijkheidseigenschappen kunnen worden onderscheiden?', 'Hoe kan de persoonlijkheid van mensen in kaart worden gebracht', en 'Wat is het effect van de persoonlijkheid op de gezondheid en relaties met andere mensen'? Ze probeert dus te begrijpen waarom mensen zo verschillend kunnen zijn en wat de oorzaken en gevolgen daarvan zijn. De antwoorden op deze vragen zijn niet alleen interessant maar hebben ook belangrijke gevolgen voor de praktijk. De persoonlijkheid van mensen dóet er namelijk toe: ze heeft grote effecten op hoe mensen thuis, op school en op het werk functioneren. Ze bepaalt bijvoorbeeld mede hoe mensen zich ontwikkelen, de relaties die ze met anderen aangaan, het maatschappelijk succes dat ze hebben en de mate waarin ze gezondheidsklachten ontwikkelen.

Dit alles maakt kennis van en inzicht in de persoonlijkheidspsychologie relevant voor alle (aanstaande) professionals die als ambitie hebben andere mensen (en zichzelf) beter te begrijpen en te helpen. De kennis en inzichten uit de persoonlijkheidspsychologie helpen bijvoorbeeld:

- beschrijven hoe iemand in elkaar zit en waarin deze persoon verschilt van anderen en waarin deze op anderen lijkt. Dit maakt het mogelijk om bijvoorbeeld te achterhalen wat iemands sterke en zwakke punten zijn, of iemand bijvoorbeeld geschikt is voor een bepaalde functie of welke opleiding bij iemand past.
- inzicht krijgen in waarom iemand zich op een bepaalde, soms irrationele, manier gedraagt. Zeker als iemand problemen heeft, kan het belangrijk zijn om dit te begrijpen. In de behandeling, coaching of begeleiding kan dan rekening worden gehouden met de persoonlijkheid van deze persoon.

Op basis van de kennis en inzichten uit de persoonlijkheidspsychologie zijn er bovendien allerlei instrumenten ontwikkeld om de persoonlijkheid van mensen in kaart te brengen, zoals persoonlijkheid- en intelligentietests. Gaat het om tests dan wordt in de praktijk nogal eens gewerkt met instrumenten waarvan de kwaliteit (betrouwbaarheid en validiteit) onbekend is. Dan kan vervelende gevolgen hebben voor degene die de test maakt: de uitslag – de persoonlijkheid of intelligentie die degene zou hebben – zit er naast. Daarom is ook gedegen kennis van dit soort instrumenten van groot belang voor professionals die met mensen werken.

Dit boek heeft uiteindelijk als doel om de lezer, op systematische wijze, basis-kennis en -inzichten mee te geven over de persoonlijkheidspsychologie, om deze zodoende beter uit te rusten voor het werken met mensen. Theorie wordt daarbij gecombineerd met casuïstiek, voorbeelden, zelftests en opdrachten, waardoor theorie en praktijk met elkaar in verbinding komen. Bij het boek is bovendien een website ontwikkeld: www.persoonlijkheidspsychologie.nl. Op deze website kan de lezer zich, door middel van onder andere filmpjes en opdrachten, verder verdiepen in de stof uit het boek. Met behulp van de code aan de binnenzijde van het omslag kunnen studenten toegang krijgen tot de website. Docenten krijgen bij hun docentenexemplaar een inlogcode voor de website.

Het boek geeft, in vogelvlucht, een overzicht van het vakgebied van de persoonlijkheidspsychologie. In *hoofdstuk 1* wordt beschreven wat nu precies onder de persoonlijkheid wordt verstaan, wat het verschil is met bijvoorbeeld de termen temperament en karakter en hoe de persoonlijkheid zich in de loop van de tijd ontwikkeld. Daarbij wordt uitgegaan van hoe we *tegenwoordig* denken over de persoonlijkheid. De ideeën die we er heden ten dage op na houden over de persoonlijkheid komen echter niet ‘uit de lucht vallen’. Er is een lange weg aan voorafgegaan waarin veel inzichten en theorieën over de persoonlijkheid gevormd zijn en ons moderne denken over de persoonlijkheid zich heeft ontwikkeld. Om begrippen uit de moderne persoonlijkheidspsychologie te kunnen plaatsen, is het belangrijk om inzicht te hebben in de ontstaansgeschiedenis van ons moderne denken over de persoonlijkheid en de stromingen die zich daarin hebben ontwikkeld. In *hoofdstuk 2* worden daarom belangrijke denkers uit de geschiedenis van de persoonlijkheidspsychologie en hun gedachtengoed besproken. Aan bod komen het leven en werk van Freud, Skinner, Rogers en Kelly, en de manier waarop zij de persoonlijkheid hebben proberen uit te leggen en verklaren.

Hoofdstuk 3 bespreekt meer recente en vooral op zogeheten psycho-lexicaal onderzoek gebaseerde modellen van de persoonlijkheid. Psycho-lexicale modellen zijn gebaseerd op de taal en gaan er vanuit dat in de taal terug te zien is op welke eigenschappen mensen zoal van elkaar kunnen verschillen. Over die eigenschappen zal immers de behoefte zijn om te communiceren.

Deze psycho-lexicale modellen helpen daarmee de persoonlijkheid in kaart te brengen: ze geven een overzicht van de belangrijkste eigenschappen waaruit de persoonlijkheid zou bestaan. Dit soort overzichten wordt vaak gebruikt als basis van persoonlijkheidstests. *Hoofdstuk 4* gaat op dat laatste verder in, namelijk op de instrumenten die in de loop van de tijd zijn ontwikkeld om persoonlijkheidseigenschappen van mensen mee in kaart te brengen, zoals persoonlijkheidstests. Dit soort instrumenten worden zeer breed ingezet, zowel in het onderwijs en in klinische settings als bij bijvoorbeeld personeelsselectie. Besproken wordt wat voor soort instrumenten er zoal zijn en aan welke eisen zij moeten voldoen om betrouwbare uitspraken te kunnen doen over iemands persoonlijkheid.

Hoofdstuk 5 gaat in op de gevolgen van de persoonlijkheid voor het leven van alledag. Het gaat in op het verband tussen de persoonlijkheid en allerlei relevante levensuitkomsten, zoals gezondheid, succes op school, en relatietevredenheid. Daarbij wordt ook aandacht besteed aan sekse- en cultuurverschillen als het gaat om de persoonlijkheid. Een heel belangrijk individueel verschil tussen mensen is hun mate van intelligentie. Intelligentie, in zijn verschillende vormen, heeft duidelijke raakvlakken met de persoonlijkheid. Sommigen beweren zelfs dat intelligentie een onderdeel is van de persoonlijkheid. Daarnaast wordt er in onze samenleving veel waarde gehecht aan de intelligentie van mensen. Om al deze redenen kan een hoofdstuk over intelligentie in een boek over persoonlijkheidspsychologie dan ook niet ontbreken. *Hoofdstuk 6* beschrijft de verschillende soorten intelligentie die kunnen worden onderscheiden en de verschillende instrumenten waarmee zij kunnen worden gemeten. In *hoofdstuk 7* tenslotte wordt ingegaan op stoornissen van de persoonlijkheid. Deze zogeheten persoonlijkheidsstoornissen drukken niet alleen een grote stempel op het leven van mensen met een persoonlijkheidsstoornis zelf, maar ook op dat van hun omgeving. In de praktijk kan het belangrijk zijn om een mogelijk 'abnormale' persoonlijkheid te herkennen, zodat daar adequaat op gereageerd kan worden, bijvoorbeeld door iemand door te verwijzen naar een gespecialiseerd professional.

Aan het boek hebben verschillende auteurs een bijdrage geleverd: zij zijn allen psycholoog. Van deze auteurs kan gesteld worden dat zij meer dan de gemiddelde psycholoog verstand hebben van de persoonlijkheidspsychologie. Het zijn allen experts die werken in het onderwijs of dat hebben gedaan, die veelvuldig wetenschappelijk onderzoek naar de persoonlijkheid of gerelateerde onderwerpen hebben gedaan en/of die hun kennis in de praktijk gebruiken om mensen te helpen bij het zo optimaal mogelijk functioneren, rekening houdende met hun persoonlijkheid en/of intelligentie. De redactie van dit boek – dr. Dick Barelds en dr. Pieterneel Dijkstra – willen alle auteurs zeer bedanken voor hun bijdrage en hopen dat de lezer veel plezier beleeft aan het lezen van dit boek.

Persoonlijkheid: een introductie

1

1.1 Wat is persoonlijkheid?

Iedereen is uniek. Er zijn niet twee mensen te vinden op deze wereld die precies hetzelfde zijn, ook niet eeneiige tweelingen. Er zijn heel veel verschillende manieren waarop mensen van elkaar kunnen verschillen. Stel je eens voor dat je jezelf zou moeten beschrijven aan iemand die je niet kent en die je ook niet kunt zien. Wat zou je dan over jezelf zeggen? Je zou bijvoorbeeld iets kunnen zeggen wat met je fysieke kenmerken te maken heeft: of je een man of een vrouw bent bijvoorbeeld, hoe oud je bent, hoe groot je bent, wat voor lichaamsbouw je hebt (bijvoorbeeld slank, atletisch of mollig), welke kleur je ogen hebben, wat voor haarkleur je hebt (als je tenminste nog haar hebt), enzovoort. Maar je zou ook iets kunnen zeggen over de dingen die je leuk en interessant vindt: je favoriete muziek, films, series, kledingmerken, voetbalclub, eten, drinken enzovoort. Het kan ook zijn dat je wat vertelt over je persoonlijke geschiedenis. Bijvoorbeeld wat voor opleiding je hebt gevolgd of nu nog volgt, uit wat voor gezin je komt, of je een relatie hebt of er net een hebt verbroken, of je kinderen hebt, enzovoort.



Figuur 1.1 Ook superhelden, zoals deze Avengers, verschillen sterk van elkaar. Niet alleen wat betreft uiterlijk en eventuele superkrachten, maar ook wat betreft hun persoonlijkheidseigenschappen. Zo is Iron Man narcistisch, Captain America heel degelijk, en Hulk vooral kwaad

Je zou ook dingen over jezelf kunnen zeggen in termen van *eigenschappen*. Mensen kunnen zichzelf bijvoorbeeld als spontaan, hulpvaardig, nieuwsgierig, impulsief, betrouwbaar, lief, zelfverzekerd, verlegen, vrolijk, serieus, rustig, een tikje perfectionistisch enzovoort beschrijven. Al met al geldt dat er ontzettend veel verschillende manieren zijn waarop mensen van elkaar kunnen verschillen en dat er geen twee mensen zijn te vinden waarvoor deze beschrijvingen van zichzelf exact hetzelfde zouden zijn. Al deze verschillen tussen mensen worden aangeduid met de term *individuele verschillen*, oftewel datgene wat mensen van elkaar onderscheidt.

Als je naar al die individuele verschillen kijkt, zijn er enkele die (min of meer) stabiel zijn, zoals geslacht, oogkleur, impulsiviteit en intelligentie. Andere verschillen veranderen meer met de tijd, zoals uiteraard je leeftijd, maar ook je voorkeuren voor allerlei activiteiten. Verder valt op dat sommige individuele verschillen meer psychologisch van aard zijn dan andere. Met name de hiervoor genoemde *eigenschappen*, zoals spontaan, perfectionistisch en zelfverzekerd, zijn duidelijk psychologisch van aard. De term persoonlijkheid heeft betrekking op de min of meer stabiele psychologische individuele verschillen tussen mensen. De persoonlijkheidspsychologie houdt zich bezig met het bestuderen van deze psychologische individuele verschillen.

Er zijn veel Engelstalige tekstboeken op het gebied van de persoonlijkheidspsychologie (bijvoorbeeld Funder, 2004; Larsen & Buss, 2010; McAdams, 2006; Mischel, Shoda & Smith, 2004; Pervin, Cervone & John, 2005), die allemaal een definitie geven van wat persoonlijkheid inhoudt. Die definities verschillen op het eerste gezicht van elkaar, maar er zijn ook heel duidelijke overlappende elementen in te ontdekken. Als elementen uit de verschillende definities worden samengevoegd, ontstaat de volgende algemene definitie van persoonlijkheid:

Persoonlijkheid heeft betrekking op de kenmerkende individuele verschillen tussen mensen in de manier waarop ze denken, zich voelen en zich gedragen. Deze individuele verschillen zijn vrij stabiel en deels genetisch bepaald en openbaren zich in verschillende situaties.

Aan deze definitie kan nog worden toegevoegd dat achter die gedachten, gevoelens en gedragingen bepaalde psychologische mechanismen schuilgaan (bijvoorbeeld Funder, 2004) en dat deze mensen helpen zich aan te passen aan hun omgeving (bijvoorbeeld Larsen & Buss, 2010). Twee hele belangrijke elementen in de definitie van persoonlijkheid zijn dat de eigenschappen waar we het over hebben vrij stabiel zijn en deels erfelijk. In de volgende paragrafen wordt hier nader op ingegaan.



Op de website bij dit boek, www.persoonlijkheidspsychologie.nl, vind je een link naar een filmpje waarop enkele deskundigen uitleggen wat persoonlijkheid inhoudt.

Verdieping

'Ik' staat voor persoonlijkheid

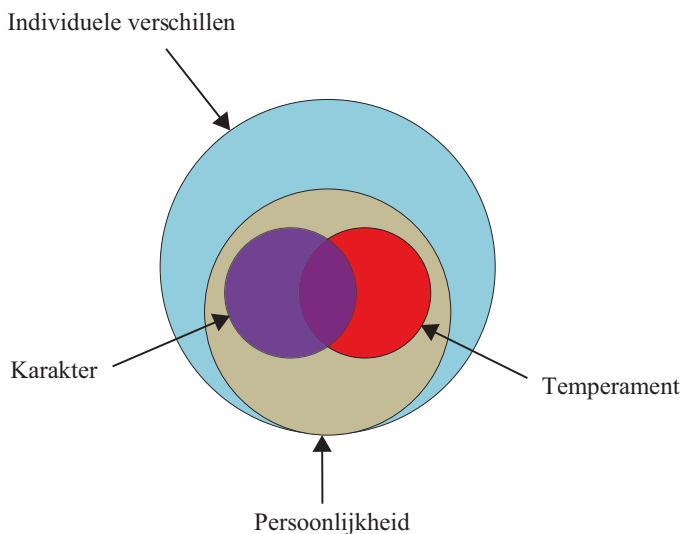


Volgens Adams (1954; zie ook Schultz & Schultz, 1994) is persoonlijkheid gelijk aan 'ik' en krijgen we een goed idee van wat persoonlijkheid is door te letten op wat we zeggen als we het woordje 'ik' gebruiken. Als je een zin uitspreekt met het woord 'ik' erin, zeg je iets over jezelf. Over de dingen die je leuk vindt, of juist niet, over je sterke en zwakke punten, enzovoort. Het woord 'ik' beschrijft jou als persoon en onderscheidt je van andere mensen (Schultz & Schultz, 1994).

Om dit te illustreren volgt hier een korte oefening. Schrijf eens tien zinnen op (wees wel eerlijk) die allemaal beginnen met 'Ik ben ...'. Laat die zinnen eens lezen aan iemand die je goed kent. Vindt de ander dat deze zinnen een goed beeld geven van jouw persoonlijkheid? Zo niet, hoe zou dat kunnen denk je?

Kader 1.1

Zoals hiervoor aangegeven, kan persoonlijkheid worden gezien als een deelverzameling van het bredere domein van de individuele verschillen (zie figuur 1.2). Er zijn nog enkele andere termen die worden gebruikt om stabiele psychologische verschillen tussen mensen te beschrijven en die onder het domein van de persoonlijkheid vallen, namelijk de termen *temperament* en *karakter*. Karakter heeft vooral betrekking op het *kenmerkende* of *typerende* van een persoon (zie verder hoofdstuk 3). Karakterbeschrijvingen hebben vaak wat weg van stereotiepe beschrijvingen van mensen. Iemand is bijvoorbeeld een goedgezak, een gierigaard of een nerd.

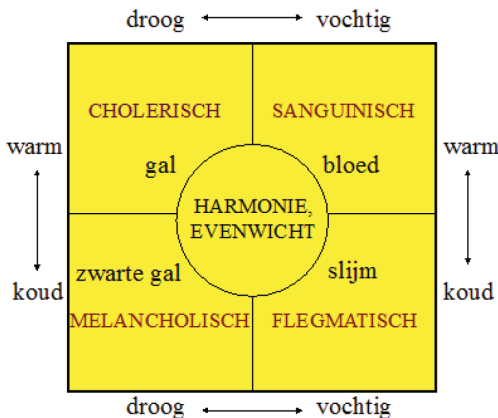


Figuur 1.2 Persoonlijkheid en het bredere domein van de individuele verschillen

De term temperament komt uit de Griekse oudheid en heeft van oorsprong betrekking op de 'mengverhouding' van bepaalde vloeistoffen in het lichaam. Gebaseerd op ideeën van Hippocrates, ging Galenus (ongeveer 1800 jaar geleden) ervan uit dat er vier belangrijke vloeistoffen in het lichaam waren, de zogeheten *humores*: bloed, slijm, gal en zwarte gal.

Wanneer iemand te veel of te weinig van deze *humores* in het lichaam heeft, zou dit bepaald gedrag en bepaalde emoties van mensen verklaren. De vier vloeistoffen werden ingedeeld op basis van twee dimensies: warm versus koud en droog versus nat. Slijm was nat en koud, bloed nat en warm, gal droog en warm, en zwarte gal droog en koud (zie figuur 1.3). Idealiter was er sprake van een goede verhouding tussen deze vier *humores*. Daar komt het woord temperament ook vandaan (het Latijnse woord *temperare* betekent onder meer mengen).

Wanneer iemand te veel van een bepaalde vloeistof in het lichaam heeft, is hij uit evenwicht, wat volgens Galenus gekenmerkt wordt door bepaald gedrag en bepaalde emoties. Dit wordt weergegeven in tabel 1.1. In deze tabel wordt aangegeven hoe de temperamenten worden genoemd die passen bij een teveel aan een bepaalde vloeistof. Ook wordt de meer moderne psychologische beschrijving van de vier genoemde temperamenten in deze tabel weergegeven. Iemand die bijvoorbeeld te veel zwarte gal heeft, is melancholisch, oftewel somber, zwijgzaam en vasthoudend.



Figuur 1.3 De temperamenten van Galenus

Tabel 1.1 Beschrijving van de vier temperamenten

Een teveel aan	Naam temperament	Psychologische beschrijving
Bloed	Sanguinisch	Vrolijk, vriendelijk en grappig
Slijm	Flegmatisch	Traag, loom en lui
Gal	Cholerisch	Onstuimig, grootmoedig en onverschrokken
Zwarte gal	Melancholisch	Somber, zwijgzaam en vasthoudend

Deze vier temperamenten hebben nog tot in het begin van de twintigste eeuw een rol gespeeld in de psychologie. Er is echter geen bewijs voor de temperamententheorie, en tegenwoordig wordt deze theorie dan ook amper meer gebruikt om mensen mee te beschrijven. De term *flegmatisch* wordt tegenwoordig nog wel gebruikt en de term *melancholisch* ook. Van deze laatste term bestaat ook een variant die wel gebruikt wordt: *zwartgallig*. Dit refereert direct aan een teveel aan zwarte gal in het lichaam.

Tegenwoordig wordt de term temperament in de psychologie vooral gebruikt om te verwijzen naar basale persoonlijkheidseigenschappen die al in de kindertijd aanwezig zijn en die observeerbaar zijn. Denk aan de manier waarop baby's op prikkels reageren (heel fel of juist heel rustig) en hun algemene energieniveau (zie kader 1.2).

Verdieping

Temperamentpatronen onder baby's



Op basis van vele onderzoeken (zie bijvoorbeeld Thomas, Chess & Birch, 1970) onder baby's en kleine kinderen kunnen drie temperamenten worden onderscheiden:

Het moeilijke kind. Dit kind heeft een onregelmatig eet- en slaappatroon, trekt zich terug bij nieuwe prikkels, heeft veel tijd nodig om zich aan te passen aan nieuwe situaties, huilt relatief vaak en kan heftig reageren in de vorm van driftbuien als het zich gefrustreerd voelt. Ongeveer 10% van de kinderen heeft dit temperament.

Het gemakkelijke kind. Dit kind laat het tegenovergestelde patroon van reageren zien. Het heeft een regelmatig levensritme, past zich gemakkelijk aan, is geïnteresseerd in nieuwe prikkels en is meestal mild of opgewekt gestemd. Ongeveer 40% van de kinderen heeft dit temperament.

Langzame starter. Dit kind vertoont gedrag dat een mengvorm is van het moeilijke en gemakkelijke kind. Het past zich niet zo snel aan en zal vaak op nieuwe prikkels enigszins negatief reageren. Zijn levensritme is echter veel regelmatig dan dat van het moeilijke kind. Ongeveer 15% van de kinderen heeft dit temperament.

De overige 35% van de kinderen heeft niet duidelijk een van deze temperamenten, maar heeft kenmerken van verschillende temperamenten. Deze temperamenten vormen de basis van wat zich later ontwikkelt als 'de persoonlijkheid' van mensen. Kinderen die als peuter een moeilijk temperament hadden, vertonen als ze iets ouder zijn vaak meer gedragsproblemen dan andere kinderen. Of dat ook daadwerkelijk gebeurt, hangt echter ook af van de omstandigheden waarin ze opgroeien. De kans op gedragsproblemen is bijvoorbeeld groter als ze opgroeien in relatieve armoede en met een moeder die veel stress ervaart (zie bijvoorbeeld Bagley & Mallick, 1997; Sullivan et al., 2015).

Al met al kunnen karakter en temperament worden opgevat als deelverzamelingen van het bredere domein van de persoonlijkheid (zie figuur 1.2).

1.2 Stabiliteit van persoonlijkheid

Zoals hiervoor is aangegeven, is een belangrijk kenmerk van persoonlijkheid dat deze relatief stabiel is. Het gaat dan om eigenschappen zoals introversie (zie onder andere hoofdstuk 3). Als je het als kind bijvoorbeeld leuker vond om alleen te spelen dan samen met andere kinderen, is er een vrij grote kans dat je het nu nog steeds wel prettig vindt om tijd alleen door te brengen. Maar persoonlijkheidseigenschappen staan ook weer niet honderd procent vast. Het kan bijvoorbeeld zijn dat een introvert kind, in de loop van de tijd, wat extravert wordt. De vraag is dan ook *hoe* stabiel persoonlijkheidseigenschappen nu precies zijn.

Men kan globaal twee vormen van stabiliteit onderscheiden (bijvoorbeeld Larsen & Buss, 2010): *rangordestabiliteit* en *mean level-stabiliteit*. *Rangordestabiliteit* verwijst naar de relatieve positie die iemand in een groep inneemt in de loop van de tijd. Bijvoorbeeld: zijn kinderen die relatief opstandig zijn in vergelijking met leeftijdsgenoten dat na verloop van tijd nog steeds? Onderzoek dat dit nagaat, volgt mensen gedurende een bepaalde tijd. De onderzoekers nemen dan op verschillende momenten tests af die bepaalde persoonlijkheidseigenschappen meten, en kijken vervolgens in hoeverre de scores van die verschillende meetmomenten met elkaar samenhangen. Dit wordt vaak uitdrukt in correlaties (een maat voor samenhang).

Een tweede vorm van stabiliteit is wat men in het Engels aanduidt met de term *mean level stability*. Dit heeft betrekking op de mate waarin scores van groepen personen naarmate ze ouder worden hetzelfde blijven (bijvoorbeeld: zijn kinderen van 15 jaar gemiddeld meer recalcitrant dan kinderen van 10 jaar?). Om dit te bepalen kun je bijvoorbeeld bij groepen mensen van verschillende leeftijden persoonlijkheidseigenschappen meten en dan de gemiddelde scores voor verschillende leeftijdsgroepen berekenen en deze met elkaar vergelijken. Je kunt ook een groep mensen gedurende een langere tijd volgen, op meerdere momenten persoonlijkheidseigenschappen meten bij deze mensen, en vervolgens kijken of de gemiddelde scores van deze groep mensen na verloop van tijd veranderen of hetzelfde blijven.

Het onderzoek dat tot nu toe is gepubliceerd op het gebied van de stabiliteit van persoonlijkheid houdt zich voornamelijk bezig met de rangordestabiliteit. De rangordestabiliteit van persoonlijkheid is bij zeer uiteenlopende leeftijdsgroepen onderzocht. Zo onderzocht Rothbart (1986) de rangordestabiliteit van temperamentfactoren bij baby's. Uit dit onderzoek blijkt dat zelfs bij baby's al een bepaalde mate van stabiliteit van temperamentfactoren wordt gevonden.

Deze stabiliteit van het temperament van baby's blijkt overigens toe te nemen naarmate de baby's ouder zijn: zo is de stabiliteit bij 9-12 maanden oude baby's groter dan bij 3-6 maanden oude baby's (Goldsmith & Rothbart, 1991).

Ook bij oudere kinderen zijn duidelijk individuele verschillen in persoonlijkheid waarneembaar die redelijk stabiel in de tijd blijken te zijn. Dit blijkt bijvoorbeeld uit een langdurig onderzoek waarin kinderen vanaf 3 jaar werden gevolgd tot in de volwassenheid (Block & Robins, 1993). Caspi en collega's (2003) rapporteren dat persoonlijkheid op 3-jarige leeftijd een goede voorspeller is van persoonlijkheid op 26-jarige leeftijd. Ook andere onderzoeken bevestigen de relatieve stabiliteit van persoonlijkheid in de ontwikkeling van kinderen (bijvoorbeeld Hampson, Andrews, Barckley & Peterson, 2007; Tackett, Krueger, Iacono & McGue, 2008).

In de volwassenheid is persoonlijkheid nog stabiel. Eigenschappen zoals neuroticisme, extraversie en zorgvuldigheid (zie hoofdstuk 3) laten in een samenvatting van Costa en McCrae (1994; zie ook McCrae & Costa, 2008) stabiliteitswaarden van rond de .65 zien. Dit betekent dat er sprake is van een sterke mate van rangordestabiliteit. Roberts en DelVecchio (2000) laten in een meta-analyse (een onderzoek waarin de gegevens van veel andere onderzoeken worden gecombineerd) zien dat persoonlijkheidsstabiliteit het sterkst is voor vijftigers. Tieners hebben volgens hen een gemiddelde persoonlijkheidsstabiliteit van bijna .50 en deze stabiliteit wordt steeds sterker, met een piek voor personen van 50-60 jaar oud. Men zou kunnen zeggen dat naarmate mensen ouder worden, de persoonlijkheid steeds stabiel wordt.

Na de leeftijd van 50-60 jaar zou de stabiliteit niet veel meer veranderen (Terracciano et al., 2006), hoewel ook wel wordt gerapporteerd dat de stabiliteit na die leeftijd iets af zou nemen (Ardelt, 2000). In redelijk recent onderzoek van Specht en collega's (2011) onder bijna 15.000 personen werd gevonden dat de stabiliteit van de Five-Factor Model-eigenschappen (zie hoofdstuk 3) Emotionele Stabiliteit, Extraversie, Vriendelijkheid en Openstaan voor Ervaringen piekte rond de 40- tot 60-jarige leeftijd en daarna afnam, maar dat de stabiliteit van de eigenschap zorgvuldigheid bleef toenemen naarmate mensen ouder werden.

Verder blijken de gemiddelde waarden van persoonlijkheidsscores voor groepen personen van verschillende leeftijden (*mean level stability*) vrij stabiel te zijn, zeker vanaf de leeftijd van 50 jaar (Costa & McCrae, 1994). Wel zijn er enkele veranderingen in de gemiddelde niveaus van bepaalde persoonlijkheidseigenschappen te vinden tussen personen van verschillende leeftijden. Zo worden mensen naarmate ze ouder worden gemiddeld genomen vriendelijker, zorgvuldiger en minder neurotisch (Robins et al., 2001; Srivastava et al., 2003).

Samenvattend kan worden geconcludeerd dat persoonlijkheid inderdaad vrij stabiel is, al vanaf jonge leeftijd, en dat die stabiliteit toeneemt naarmate

mensen ouder worden, met een piek rond de leeftijd van 50-60 jaar. Ook zijn er duidelijke aanwijzingen voor de *mean level stability* van persoonlijkheid, dus het gelijk blijven van het gemiddelde niveau van eigenschappen op verschillende leeftijden, al worden mensen naarmate ze ouder worden gemiddeld wel wat stabiel, vriendelijker en zorgvuldiger. Hierbij moet worden opgemerkt dat de manier waarop persoonlijkheidseigenschappen zich uiten wel kunnen veranderen met de leeftijd, met name bij kinderen. Kinderen van 9 jaar kunnen bijvoorbeeld dominantie op een andere manier uiten dan 16-jarigen. Zo geeft een dominante 9-jarige iemand bijvoorbeeld eerder een klap, terwijl een dominante 16-jarige iemand eerder rondcommandeert.



Verdieping

Stabiliteit van zelfwaardering in adolescentie

Zelfwaardering betreft de mate waarin mensen positief over zichzelf denken: naarmate de zelfwaardering hoger is, denken mensen positiever over zichzelf. Block en Robbins (1993) onderzochten de stabiliteit van zelfwaardering bij een groep kinderen van 14 jaar door hen nog een keer te testen toen ze 23 jaar oud waren. Het gemiddelde niveau van zelfwaardering in deze groep kinderen was in de negen jaar tussen de twee metingen amper veranderd, wat duidt op een hoge *mean level stability*. Wanneer echter apart naar de resultaten voor jongens en meisjes werd gekeken, viel een duidelijk sekseverschil op: bij jongens was de gemiddelde zelfwaardering in de tussentijdse periode gestegen, maar bij meisjes was de gemiddelde zelfwaardering juist gedaald. Blijkbaar is de overgang van puberteit naar jongvolwassenheid voor meisjes moeilijker dan voor jongens, tenminste, als het om zelfwaardering gaat (Larsen & Buss, 2010).

Kader 1.3

1.3 Erfelijkheid van persoonlijkheid

Het feit dat persoonlijkheid tamelijk stabiel is, betekent dat het vrij fundamentele eigenschappen betreft, die vermoedelijk een duidelijke genetische basis hebben (met andere woorden: die erfelijk zijn). De definitie van persoonlijkheid gaat er ook van uit dat persoonlijkheidseigenschappen in elk geval deels erfelijk zijn. Maar hoe groot is de rol van erfelijkheid nu precies als het gaat om persoonlijkheidseigenschappen en hoe kom je daar achter? En wat is erfelijkheid eigenlijk?

Om met de laatste vraag te beginnen: erfelijkheid verwijst naar de mate waarin genen overeenkomsten en verschillen tussen mensen kunnen verklaren. Sommige fysieke kenmerken zijn in sterke mate erfelijk bepaald. Zo is de oogkleur van kinderen afhankelijk van de genen die de ouders hebben voor de kleur van de ogen. Ook lengte is voor een belangrijk deel erfelijk bepaald (voor ongeveer 90%; zie ook verderop). De erfelijkheid van eigenschappen wordt vaak uitgedrukt in een percentage. Het deel van de verschillen en overeenkomsten tussen personen dat *niet* erfelijk is, wordt bepaald door de *omgeving*. Stel dat

een eigenschap voor 50% erfelijk is (dus bepaald wordt door genen), dan betekent dit dat de andere 50% van die eigenschap het gevolg is van de omgeving waarin iemand is opgegroeid (als we ervan uitgaan dat genen en omgeving onafhankelijk zijn).

Om te bepalen in welke mate persoonlijkheidskenmerken erfelijk zijn, zijn verschillende manieren van onderzoek gebruikt. Het ligt voor de hand om bijvoorbeeld binnen families te gaan kijken naar overeenkomsten met betrekking tot persoonlijkheid tussen familieleden. Familieleden delen in meer of mindere mate genen met elkaar. Broers en zussen hebben bijvoorbeeld 50% dezelfde genen, neven en nichten slechts 12.5%. Wanneer familieleden die meer genen delen, zoals broers en zussen, meer op elkaar lijken dan familieleden die minder genen delen, bijvoorbeeld neven en nichten, kan dit een aanwijzing zijn voor de rol van genen met betrekking tot die eigenschap. Een probleem met deze methode is dat familieleden ook vaak in dezelfde omgeving opgroeien, met name de leden van een gezin. Het kan dus best zijn dat bijvoorbeeld broers en zussen op elkaar lijken vanwege het feit dat ze in dezelfde omgeving zijn opgegroeid, niet vanwege het feit dat ze gemeenschappelijke genen hebben.

Een gerelateerde maar net iets andere manier om erfelijkheid van persoonlijkheid te onderzoeken is door gebruik te maken van zogeheten *tweelingonderzoek*. Eeneiige tweelingen hebben bijna 100% dezelfde genen (maar niet exact 100%; zie bijvoorbeeld Li et al., 2014). Als overeenkomsten tussen eeneiige tweelingen worden vergeleken met de overeenkomsten tussen twee-eiige tweelingen, die 'slechts' 50% van hun genen gemeenschappelijk hebben, net zoals andere broers en zussen, kan een schatting worden gemaakt van de erfelijkheid van eigenschappen.

Deze schatting kan bijvoorbeeld op de volgende manier worden verkregen. Je bepaalt eerst in hoeverre eeneiige tweelingen op elkaar lijken wat betreft een bepaalde eigenschap. Je berekent daarvoor de correlatie (mate van samenhang) tussen deze eeneiige tweelingen met betrekking tot die eigenschap. Dit doe je voor een grote groep eeneiige tweelingen. Vervolgens bepaal je ook in een grote groep twee-eiige tweelingen de correlatie met betrekking tot die eigenschap. Het verschil tussen die twee correlaties wordt dan gebruikt om de erfelijkheid van die eigenschap te schatten volgens de formule (zie ook Larsen & Buss, 2010).

$$\text{erfelijkheid} = 2(r_{ee} - r_{te})$$

In deze formule staat r_{ee} voor het verband (de correlatie) tussen eeneiige tweelingen, en r_{te} voor de correlatie tussen twee-eiige tweelingen. Als je dit getal vervolgens vermenigvuldigt met 100, krijg je het percentage erfelijkheid. In onderzoek van Mittler (1971) werd bijvoorbeeld gevonden dat voor *lengte* tussen eeneiige tweelingen een correlatie van .93 en tussen twee-eiige tweelingen

een correlatie van .48 werd gevonden. Dit betekent dat de schatting van de erfelijkheid van lengte in dit geval gelijk is aan: erfelijkheid = $2(.93 - .48) = .90$.

In dit geval is de erfelijkheid van lengte dus gelijk aan 90% (je vermenigvuldigt het getal met 100 om een percentage te krijgen).

Een heel belangrijk uitgangspunt bij deze tweelingonderzoeken is dat ervan wordt uitgegaan dat de omgevingen waarin de eeneiige tweelingen opgroeien, vergelijkbaar zijn met die waarin de twee-eiige tweelingen opgroeien. Dit wordt de *aanname van gelijke omgevingen* genoemd. Als dit niet het geval zou zijn, zouden verschillen tussen eeneiige en twee-eiige tweelingen met betrekking tot de mate waarin ze op elkaar lijken ook het gevolg kunnen zijn van verschillen in de omgeving. Onderzoek suggereert dat er geen duidelijke verschillen zijn tussen de omgevingen waarin eeneiige en twee-eiige tweelingen opgroeien. Hoewel eeneiige tweelingen bijvoorbeeld wel vaker dezelfde kleren dragen, meer tijd met elkaar doorbrengen en meer gemeenschappelijke vrienden hebben dan twee-eiige tweelingen, lijken deze omgevingsverschillen geen gevolgen te hebben voor de mate waarin ze op elkaar lijken (Plomin et al., 1990).

Als je zeker wilt weten dat de omgeving niet verantwoordelijk is voor overeenkomsten tussen tweelingen met betrekking tot persoonlijkheid, zou je idealiter onderzoek moeten doen bij tweelingen die apart van elkaar zijn opgegroeid. In dat geval hebben ze nog steeds gemeenschappelijke genen, maar is de omgeving waarin ze zijn opgegroeid verschillend. Als apart van elkaar opgegroeide eeneiige tweelingen op elkaar lijken met betrekking tot bepaalde eigenschappen, móét dat wel het gevolg zijn van hun genen.

In de bekende Minnesota Twin Study (Bouchard & McGue, 1990; Iacono & McGue, 2002; Tellegen et al., 1988) is dat precies datgene wat werd onderzocht. In dit onderzoek werden, naast een heleboel andere tweelingen, ook 45 eeneiige tweelingen en 26 twee-eiige tweelingen onderzocht die direct na de geboorte van elkaar waren gescheiden en apart van elkaar waren opgegroeid. De overeenkomsten tussen de eeneiige tweelingen die apart van elkaar opgroeiden, kunnen worden gezien als een directe schatting van de erfelijkheid van eigenschappen. Zo vonden de onderzoekers bijvoorbeeld dat neuroticisme voor 70% erfelijk was en agressie voor 59%. Gemiddeld over alle persoonlijkheidseigenschappen die in het onderzoek werden gemeten, bleken de eeneiige tweelingen voor 54% met elkaar overeen te komen. Dit betekent dat persoonlijkheid voor ongeveer 50% erfelijk is.

Deze resultaten komen goed overeen met andere tweelingonderzoeken, waarin de tweelingen wel samen opgroeiden en eenzijdige tweelingen met twee-eiige werden vergeleken. Meestal worden in deze onderzoeken voor persoonlijkheidseigenschappen erfelijkheidsschattingen gerapporteerd van rond de 50%. Voor de eigenschappen uit het populaire Five-Factor Model en het PEN-model (zie hoofdstuk 3) worden doorgaans ook erfelijkheidsschattingen gerapporteerd tussen de 40% en 60% (Bouchard & Loehlin, 2001).

Dat betekent ook dat persoonlijkheidseigenschappen voor ongeveer 40% tot 60% zijn toe te schrijven aan de omgeving. Die omgeving kan weer worden opgesplitst in een *gedeelde omgeving* en een *niet-gedeelde omgeving*. De gedeelde omgeving is de omgeving waar beide tweelingen mee te maken hebben, zoals het gezin, de manier van opvoeden van ouders, enzovoort. De niet-gedeelde omgeving is de omgeving die uniek is voor een individu, zoals de eigen unieke ervaringen van een tweeling, de eigen vrienden die ze hebben, enzovoort. Opvallend is dat de gedeelde omgeving vrijwel *geen* invloed heeft op de ontwikkeling van de persoonlijkheid, althans niet onder normale omstandigheden. In extremere omstandigheden – denk aan kindermishandeling of zware verwaarlozing – ligt dit vaak anders. Het lijkt vooral de niet-gedeelde omgeving te zijn die invloed heeft op de ontwikkeling van de persoonlijkheid (Bouchard & Loehlin, 2001). Als het gaat om de ontwikkeling van persoonlijkheid, lijkt de opvoeding er, onder normale omstandigheden, dus eigenlijk niet zo veel toe te doen.

Dit is een belangrijke constatering. Een populair idee is namelijk dat de jeugdervaringen die mensen opdoen van grote invloed zijn op hun persoonlijkheid en functioneren later. En dat, om beter in je vel te zitten, je vroegere negatieve jeugdervaringen zou moeten ‘verwerken’. Gaat het om de persoonlijkheid, en zijn mensen onder relatief normale omstandigheden opgegroeid, dan is dat dus vaak niet zo. Wel kunnen natuurlijk jeugdervaringen, zoals de voorbeelden die mensen van thuis hebben meegekregen, de kans vergroten dat mensen later bepaald gedrag vertonen. Heb je als kind bijvoorbeeld thuis ervaren dat je ouders veel ruzie maakten en uiteindelijk gingen scheiden, dan vergroot dat de kans dat je zelf later ook relatief veel conflicten ervaart met je partner en gaat scheiden (Amato & Cheadle, 2005). Bovendien kun je als kind, en later als volwassene, daar nog heel verdrietig om zijn en depressieve gevoelens ervaren door wat je hebt meegemaakt. Het is dus niet zo dat jeugdervaringen geen gevolgen hebben, maar dat is wat anders dan dat deze ervaringen je persoonlijkheid veranderen.



Verdieping

Unieke vingerafdrukken

Hoewel eeneiige tweelingen genetisch gezien vrijwel identiek aan elkaar zijn, zijn hun genen niet exact hetzelfde (Li et al., 2014). Er zijn kleine genetische verschillen, maar natuurlijk ook vaak (veel grotere) verschillen in de omgeving waarmee deze tweelingen te maken krijgen. Ze hebben ieder hun unieke ervaringen. Dit kan allerlei verschillen tussen eeneiige tweelingen tot gevolg hebben. Een mooi voorbeeld daarvan is dat eeneiige tweelingen nooit dezelfde vingerafdrukken hebben. Zelfs in de baarmoeder zijn er al kleine verschillen in de omgeving waarmee eeneiige tweelingen te maken krijgen, wat zich bijvoorbeeld uit in verschillende, en unieke, vingerafdrukken.



Figuur 1.4 Iedere vingerafdruk is uniek

Kader 1.4



Verdieping

Zelfconcept, zelfwaardering en sociale identiteit

De antwoorden op de oefening in kader 1.1 geven een goed beeld van je *zelfconcept*, oftewel het beeld dat jij van jezelf hebt. De mate waarin je tevreden bent over je zelfconcept, wordt weerspiegeld in je *zelfwaardering*. Weer een ander begrip dat gerelateerd is aan je zelfconcept is *sociale identiteit*. Dit heeft betrekking op hoe je jezelf presenteert naar anderen toe. Dat hoeft overigens niet te corresponderen met je zelfconcept, bijvoorbeeld als je je anders voordoet dan je eigenlijk bent (bijvoorbeeld Larsen & Buss, 2010). Deze opvatting over sociale identiteit wijkt af van hoe sociale identiteit in de *sociale psychologie* wordt opgevat. Daarin verwijst sociale identiteit naar dat deel van het zelfbeeld dat is gebaseerd op het lidmaatschap van een groep, bijvoorbeeld: ik ben een fan van een bepaalde voetbalclub of politieke partij (zie onder andere Turner & Oakes, 1986).

De ontwikkeling van het zelfconcept begint al jong. Vanaf 2-3 jaar oud beginnen kinderen zichzelf bijvoorbeeld als jongetje of meisje te zien en een globaal beeld van hun leeftijd te krijgen. Tussen 3 en 12 jaar oud beginnen kinderen zichzelf te definiëren in termen van wat ze al wel en niet kunnen, zoals veters strikken of een tafel van vermenigvuldiging opzeggen. Hierbij gaan in toenemende mate ook sociale vergelijkingen een rol spelen: kinderen kijken wat ze wel en niet kunnen in vergelijking met andere kinderen en ook hoe goed ze in dingen zijn vergeleken met anderen. Naarmate kinderen ouder worden, wordt het zelfconcept steeds verder ingekleurd met psychologische termen.

Op basis van hun gedrag, gevoelens en emoties kunnen ze steeds beter interpreteren wat bijvoorbeeld hun persoonlijkheidseigenschappen zijn.

Zelfwaardering is feitelijk het resultaat van de beoordeling van hoe tevreden je bent met je zelfconcept. Vind je jezelf leuk, heb je het gevoel dat je de moeite waard bent? Ben je trots op wat je bereikt hebt? Iedereen heeft wel bepaalde aspecten van zichzelf waar hij (of zij) meer tevreden over is en aspecten waar hij minder tevreden over is. Het gemiddelde van al deze beoordelingen, in combinatie met hoe belangrijk die verschillende aspecten worden gevonden, geeft een beeld van de algemene zelfwaardering van mensen. Die zelfwaardering kan fluctueren, maar blijkt wel redelijk stabiel te zijn (en zelfs voor een belangrijk deel erfelijk; Kamakura, Ando & Ono, 2007). Personen met een hoge zelfwaardering kunnen beter met kritiek omgaan (Brown & Dutton, 1995) en gaan beter met tegenslagen om. Volgens Larsen en Prizmic (2004) hebben personen met een hoge zelfwaardering bij tegenslagen ook oog voor de dingen in het leven die *wel* goed gaan. Deze auteurs raden mensen aan een lijstje te maken van alle dingen die wel goed gaan in hun leven en deze lijst te bekijken als er eens iets tegenzit. Mensen met een hoge zelfwaardering maken die vergelijking al automatisch.

Zoals hiervoor aangegeven, vatten we *sociale identiteit* hier op als de manier waarop je jezelf presenteert naar anderen toe. Zelfs als je in het bijzijn van anderen helemaal 'jezelf bent', is je sociale identiteit niet gelijk aan je zelfconcept. Je sociale identiteit heeft namelijk te maken met die zaken die ook observeerbaar zijn voor andere mensen. Je geslacht en etnische achtergrond maken bijvoorbeeld deel uit van je sociale identiteit, maar hoeven niet expliciet onderdeel uit te maken van je zelfconcept (Larsen & Buss, 2010). Veel personen worstelen, vooral in de adolescentie, met hun sociale identiteit en de vraag hoe ze willen overkomen op anderen. In die fase wil de sociale identiteit ook nogal eens veranderen. Iemand kan zich bijvoorbeeld ineens heel anders gaan kleden, het haar blauw gaan verven, een tattoo nemen, hele andere hobby's nemen, enzovoort, in een poging om zichzelf een nieuwe sociale identiteit aan te meten.

Er zijn verschillende momenten in het leven dat iemand met een zogeheten *identiteitscrisis* te maken kan krijgen. Volgens Baumeister (1997) zijn er twee soorten identiteitscrises, die hij aanduidt met de termen *identiteitstekort* en *identiteitsconflict*. Er is sprake van een *identiteitstekort* als iemand nog geen duidelijke (nieuwe) identiteit heeft gevormd. In dat geval hebben mensen vaak moeite om belangrijke beslissingen te nemen, omdat er geen sterke identiteit is om deze beslissingen te ondersteunen. Een dergelijk identiteitstekort treedt vaak op op momenten dat mensen oude meningen en waarden overboord gooien en openstaan voor nieuwe. Bijvoorbeeld als kinderen gaan studeren en op zichzelf gaan wonen. Op het moment dat er sprake is van een identiteitstekort, zijn mensen vaak extra vatbaar voor beïnvloeding door andere personen (die bijvoorbeeld radicale ideeën hebben).

Van een *identiteitsconflict* is sprake als er enkele aspecten van de identiteit zijn die moeilijk of niet verenigbaar zijn. Vaak willen mensen beide aspecten van hun identiteit wel behouden, maar is dat moeilijk te combineren. Bijvoorbeeld als mensen het idee hebben te moeten kiezen tussen een carrière en kinderen. Nu kunnen die soms wel gecombineerd worden, maar het kan wel lastig zijn.

Mensen ervaren vaak een identiteitscrisis tijdens de adolescentie, maar dit kan ook later in het leven gebeuren. Een stereotype is dat vooral mannen op een gegeven moment te maken krijgen met een *midlifecrisis* en bijvoorbeeld gaan motorrijden, met een jonge vrouw achterop, of een dure sportauto kopen. Uit onderzoek blijkt dat bij mensen

inderdaad een dip te zien is in hoe ze zich voelen gedurende de midlifeperiode: mensen voelen zich in die periode gemiddeld genomen minder gelukkig dan daarvoor en daarna (onder andere Clark et al., 1996; Lang et al., 2011; Warr, 1992). Dit verband tussen leeftijd en hoe mensen zich voelen is in meer dan vijftig landen gevonden (Blanchflower & Oswald, 2008; Layard, 2010), en voor zowel mannen als vrouwen. Gerelateerd hieraan blijkt bijvoorbeeld zelfmoord vaker voor te komen in de midlifeperiode (Daly & Wilson, 2009). Ook als mensen gemiddeld genomen minder gelukkig zijn in de midlifeperiode, betekent dat natuurlijk niet dat iedereen in die periode ook met een midlifecrisis te maken krijgt, maar voor sommigen zal dit wel gelden.

Een psychologische verklaring voor een midlifecrisis is dat mensen ontevreden zijn over bepaalde aspecten van hun identiteit, bijvoorbeeld denken 'ik wou dat ik dingen anders had gedaan', en bedenken welke identiteit dan wel bij hen past. In die fase kan er dus sprake zijn van een *identiteitstekort*. Mensen kunnen zich tijdens een midlifecrisis dan gedragen als adolescenten, die ook vaak te maken krijgen met een identiteitstekort: er worden nieuwe relaties aangegaan of relaties worden verbroken, er wordt geëxperimenteerd, er worden andere carrièerekeuzes gemaakt, enzovoort. Soms is het in het geval van een dergelijke midlifecrisis ook voldoende om alleen de prioriteiten te verschuiven: bijvoorbeeld meer tijd besteden aan je werk en minder aan de kinderen, meer tijd uittrekken voor je hobby's, en dergelijke (Larsen & Buss, 2010). In dat geval hoeft een midlifecrisis niet meteen hele zwaarwegende gevolgen te hebben.

Kader 1.5



Verdieping

Midlifecrisis bij apen?

Uit een onderzoek bij ruim vijfhonderd apen in gevangenschap (chimpansees en orang-oetans) blijkt dat zij ook door een soort midlifecrisis gaan (Weiss et al., 2012). In dit onderzoek werd door de verzorgers van de apen beoordeeld hoe de apen zich voelden. Er bleek dat er bij deze apen een dip zat in hoe gelukkig ze zich voelden (volgens de verzorgers) rond de leeftijd van 30 jaar. Voor apen is dit ongeveer de midlifeperiode. Oudere en jongere apen voelden zich gemiddeld gelukkiger (volgens de verzorgers). Deze resultaten suggereren dat midlifecrisis niet uniek zijn voor mensen en mogelijk een biologische oorzaak hebben, bijvoorbeeld hormonale veranderingen.

Kader 1.6



Verdieping

Test je zelfwaardering

In kader 1.5 wordt gesproken over zelfwaardering. De internationaal veruit meest gebruikte vragenlijst om zelfwaardering te meten is de Rosenberg Self-Esteem Scale (Rosenberg, 1965). Deze vragenlijst is in heel veel talen vertaald en zie je hierna afgebeeld staan. Let bij het invullen van de antwoorden op de labels die boven de antwoorden staan. Enkele vragen zijn andersom geformuleerd. De scoring daarvan is al aangepast. In hoeverre ben je het eens met de volgende uitspraken?

		Sterk mee oneens	Mee oneens	Niet mee eens/ oneens	Mee eens	Sterk mee eens
1	Over het geheel genomen ben ik best tevreden met mijzelf.	1	2	3	4	5
2	Soms heb ik het gevoel dat ik nergens voor deug.	5	4	3	2	1
3	Ik vind dat ik goede eigenschappen bezit.	1	2	3	4	5
4	Ik kan allerlei dingen even goed als de meeste andere mensen.	1	2	3	4	5
5	Ik vind dat ik weinig reden heb om trots op mijzelf te zijn.	5	4	3	2	1
6	Ik voel me af en toe echt nutteloos.	5	4	3	2	1
7	Ik vind dat ik in vergelijking met anderen een waardevol persoon ben.	1	2	3	4	5
8	Ik zou willen dat ik wat meer respect voor mijzelf zou kunnen opbrengen.	5	4	3	2	1
9	Al met al kan ik niet anders dan mijzelf als een mislukking zien.	5	4	3	2	1
10	Ik sta positief tegenover mijzelf.	1	2	3	4	5

Tel nu de scores op de tien vragen bij elkaar op. Je krijgt dan een score tussen de 10 en 50. Als je deze scores vergelijkt met een groep van 310 personen uit de Nederlandse bevolking (Barelds et al., 2014), kun je scores interpreteren als:

zeer laag: 10-28;

laag: 29-36;

gemiddeld: 37-43;

hoog: 44-47;

zeer hoog: 48-50.

Zoals je kunt zien, zijn de meeste personen in de vergelijkingsgroep vrij tevreden met zichzelf, waardoor je alleen bij een zeer hoge score ook 'hoog' of 'zeer hoog' scoort.

1.4 Het vakgebied persoonlijkheidspsychologie

De persoonlijkheidspsychologie is de tak van de psychologie die zich bezighoudt met het bestuderen van persoonlijkheid. Meer specifiek houdt deze tak van de psychologie zich bezig met het bestuderen van de manieren waarop personen psychologisch gezien van elkaar verschillen en wat dit voor gevolgen heeft voor hoe personen zich voelen, hoe ze denken en hoe ze zich gedragen. Daarbij wordt de aandacht gericht op zowel heel algemene kenmerken die passen bij het mens-zijn (onderzoek naar de menselijke natuur) als op heel individuele eigenschappen waarin mensen van elkaar verschillen. De persoonlijkheidspsychologie heeft binnen de psychologie altijd een belangrijke plek ingenomen en wordt door sommigen ook wel als de kern van de psychologie gezien, mede vanwege het feit dat de eigenschappen die bestudeerd worden vrij stabiel en deels erfelijk zijn en op veel aspecten van het menselijk functioneren en in veel verschillende situaties van invloed zijn.

De persoonlijkheidspsychologie is interessant voor alle professionals en studenten die als ambitie hebben andere mensen (en zichzelf) beter te begrijpen. De kennis en inzichten uit de persoonlijkheidspsychologie helpen bijvoorbeeld bij:

- het beschrijven hoe iemand in elkaar zit en waarin deze persoon verschilt van anderen en waarin hij lijkt op anderen. Dit maakt het mogelijk om bijvoorbeeld te achterhalen wat iemands sterke en zwakte punten zijn, of iemand geschikt is voor een bepaalde functie of welke opleiding bij iemand past;
- het inzicht krijgen in waarom iemand zich op een bepaalde, soms irrationele, manier gedraagt. Zeker als iemand problemen heeft, kan het belangrijk zijn om dit te begrijpen. In de behandeling, coaching of begeleiding kan dan rekening worden gehouden met de persoonlijkheid van deze persoon.

Binnen de psychologie neemt persoonlijkheidspsychologie traditioneel een belangrijke plek in. In andere gebieden binnen de psychologie, zoals de sociale psychologie, klinische psychologie en arbeidsorganisatie- en personeelspsychologie (AOP), worden vaak persoonlijkheidskenmerken in kaart gebracht, omdat deze relevant zijn bij bijvoorbeeld het verklaren van hoe mensen zich gedragen in partnerrelaties (sociale psychologie), waarom mensen bepaalde psychische klachten hebben of houden (klinische psychologie), en welke personen het meest geschikt zijn voor een bepaalde functie (AOP). De persoonlijkheidspsychologie is tegenwoordig vaak geïntegreerd in deze vakgebieden, daar waar in het verleden aan universiteiten in Nederland nog aparte afdelingen waren die zich met persoonlijkheidspsychologie bezighielden. Persoonlijkheid wordt dus wel vanuit allerlei andere disciplines binnen de psychologie bestudeerd, maar er zijn vrijwel geen persoonlijkheidspsychologen meer in Nederland. In andere landen vind je aan universiteiten wel vaak nog afdelingen persoonlijkheidspsychologie, die dan doorgaans wel zijn gecombineerd met bijvoorbeeld afdelingen sociale, klinische of ontwikkelingspsychologie.

Wat betreft wetenschappelijk onderzoek valt ten slotte op dat er veel wetenschappelijke tijdschriften van goede kwaliteit zijn die zich voornamelijk bezighouden met persoonlijkheid en individuele verschillen. Enkele voorbeelden van dergelijke tijdschriften zijn: *Journal of Personality and Social Psychology*, *Personality and Social Psychology Bulletin*, *Journal of Personality, Assessment*, *European Journal of Personality*, *Journal of Research in Personality* en *Personality and Individual Differences*. Dit geeft wel aan dat wetenschappelijk gezien het vakgebied persoonlijkheidspsychologie een levendig vakgebied is waarin de kennis en inzichten zich voortdurend ontwikkelen. Dit wordt gevoed door de vraag uit de praktijk. Professionals, zoals hulpverleners, personeelsselecteurs en onderwijsadviseurs, blijven behoefte houden aan kennis die hen helpt andere mensen beter te begrijpen en hun persoonlijkheid op betrouwbare manier in kaart te brengen. Met als uiteindelijk doel: mensen, die daar behoefte aan hebben, te helpen om zichzelf beter te begrijpen en te helpen hun leven vorm te geven.

1.5 Samenvatting

De persoonlijkheid heeft betrekking op de kenmerkende individuele verschillen tussen mensen in de manier waarop ze denken, zich voelen en zich gedragen. Deze individuele verschillen zijn vrij stabiel en deels genetisch bepaald en openbaren zich in verschillende situaties. Daarop lijkende termen, die echter iets anders betekenen, zijn karakter en temperament. Uit onderzoeken naar de rangordestabiliteit en de *mean level*-stabiliteit blijkt dat de persoonlijkheid relatief stabiel is over het leven heen. Alhoewel de persoonlijkheid wel enigszins kan veranderen, zijn die veranderingen vaak klein. Uit erfelijk onderzoek, waaronder tweelingenstudies, blijkt dat de persoonlijkheid voor ongeveer 50% erfelijk bepaald is. Het overige gedeelte van de persoonlijkheid wordt vooral bepaald door de zogenoemde niet-gedeelde omgeving. Het vakgebied persoonlijkheidspsychologie houdt zich bezig met het bestuderen van de persoonlijkheid en is voor de praktijk van nut omdat de kennis en inzichten uit dit vakgebied helpen andere mensen (en jezelf) beter te begrijpen en hen dus beter te kunnen bijstaan.



Opdrachten

- 1.1 Maak de test over zelfwaardering in kader 1.7. Wat is je score? Ga vervolgens na welke gevolgen deze score (dus jouw zelfwaardering) heeft op:
 - je sociale relaties met anderen;
 - je resultaten in studie of werk.
- 1.2 Denk eens aan je vader of moeder. In hoeverre is hij/zij, als het gaat om zijn/haar persoonlijkheid, de afgelopen twintig jaar veranderd? Welke (kleine) veranderingen zie je en waardoor zouden die komen, denk je?
- 1.3 Ga na welke van de drie temperamenten jij als baby had. Vraag het eventueel aan je ouders. In hoeverre zie je dat temperament nog terug in jouw huidige gedrag? Wat zie je wel terug en wat is juist heel anders?
- 1.4 Als het gaat om het temperament van een kind:
 - Welke invloed heeft dan het temperament van het kind op diens sociale omgeving en welke gevolgen kan dat hebben?
 - Welke invloed heeft dan de sociale omgeving op het temperament van het kind en welke gevolgen kan dat hebben?
- 1.5 Wat vind je van het idee van Galenus dat bepaalde lichaamsvloeistoffen zouden samenhangen met psychologische eigenschappen van mensen? Onderbouw je antwoord.

Literatuur

- Adams, D. (1954). *The anatomy of personality*. Garden City, NY: Doubleday.
- Amato, P.R., & Cheadle, J. (2005). The long reach of divorce: Divorce and child well-being across three generations. *Journal of Marriage and Family*, 67(1), 191-206.
- Ardelt, M. (2000). Still stable after all these years? Personality stability theory revisited. *Social Psychology Quarterly*, 63(4), 392-405.
- Bagley, C., & Mallick, K. (1997). Temperament, CNS problems and maternal stressors: Interactive predictors of conduct disorder in 9-yr.-olds. *Perceptual and Motor Skills*, 84(2), 617-618.
- Barelds, D.P.H., Luteijn, F., & Van Dijk, H. (2014). *Handleiding Nederlandse Persoonlijkheidsvragenlijst 2-R (NPV-2-R)*. Amsterdam: Boom Test Uitgevers.
- Baumeister, R.F. (1997). Identity, self-concept, and self-esteem: The self lost and found. In R. Hogan, J. A. Johnson, & S. R. Briggs, (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 681-710). San Diego: Academic Press.
- Blanchflower, D.G., & Oswald, A.J. (2008). Is well-being U-shaped over the life cycle? *Social Science and Medicine*, 66(8), 1733-1749.
- Block, J., & Robins, R.W. (1993). A longitudinal study of consistency and change in self-esteem from early adolescence to early adulthood. *Child Development*, 64(3), 909-923.
- Bouchard, T.J., & Loehlin, J.C. (2001). Genes, evolution, and personality. *Behavior Genetics*, 31(3), 243-273.
- Bouchard, T.J., & McGue, M. (1990). Genetic and rearing environmental influences on adult personality: An analysis of adopted twins reared apart. *Journal of Personality*, 58(1), 263-292.
- Brown, J.D., & Dutton, K.A. (1995). The thrill of victory, the complexity of defeat: Self-esteem and people's emotional reactions to success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 712-722.
- Caspi, A., Harrington, H., Milne, B., Amell, J.W., Theodore, R.F., & Moffitt, T.E. (2003). Children's Behavioral Styles at Age 3 Are Linked to Their Adult Personality Traits at Age 26. *Journal of Personality*, 71(4), 495-513.
- Caspi, A., Roberts, B.W., & Shiner, R.L. (2005). Personality Development: Stability and Change. *Annual Review of Psychology*, 56, 453-484.
- Clark, A., Oswald, A., & Warr, P. (1996). Is job satisfaction U-shaped in age?. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 69(1), 57-81.
- Costa P.T., Jr., McCrae R.R. (1994). "Set like plaster"? Evidence for the stability of adult personality. In: T. Heatherton en J. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 21-40). Washington, DC: APA.
- Daly, M.C. & Wilson, D.J. (2009). Happiness, unhappiness, and suicide: An empirical assessment. *Journal of the European Economic Association*, 7, 539-549.
- Funder, D. (2004). *The personality puzzle (3rd Ed.)*. New York: W.W. Norton.
- Goldsmith, H.H., & Rothbart, M.K. (1991). Contemporary instruments for assessing early temperament by questionnaire and in the laboratory. In J. Strelau, A. Angleitner, J. Strelau, A. Angleitner (Eds.), *Explorations in temperament: International perspectives on theory and measurement* (pp. 249-272). New York: Plenum Press.
- Hampson, S.E., Andrews, J.A., Barckley, M., & Peterson, M. (2007). Trait stability and continuity in childhood: Relating sociability and hostility to the Five-Factor model of personality. *Journal of Research in Personality*, 41(3), 507-523.
- Iacono, W.G., & McGue, M. (2002). Minnesota twin family study. *Twin Research*, 5, 482-487.
- Kamakura, T., Ando, J., & Ono, Y. (2007). Genetic and environmental effects of stability and change in self-esteem during adolescence. *Personality and Individual Differences*, 42(1), 181-19.

- Lang, I.A., Llewellyn, D.J., Hubbard, R.E., Langa, K.M., & Melzer, D. (2011). Income and the midlife peak in common mental disorder prevalence. *Psychological Medicine*, *41*(7), 1365-1372.
- Larsen, R.J., & Buss, D.M. (2010). *Personality psychology: Domains of knowledge about human nature (4th Edition)*. New York: McGraw-Hill.
- Larsen, R.J., & Prizmic, Z. (2004). Affect regulation. In R. F. Baumeister, & K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (pp. 40-61). New York: Guilford Press.
- Layard, R. (2010). Measuring subjective well-being. *Science*, *327*(5965), 534-535.
- Li, R., Montpetit, A., Rousseau, M., Greenwood, C.M.T., Spector, T.D., Pollak, M., et al., (2014). Somatic point mutations occurring early in development: a monozygotic twin study. *Journal of Medical Genetics*, *51*, 28-34.
- McAdams, D.P. (2006). *The person: An introduction to the science of personality psychology (4th Ed.)*. New York: Wiley.
- McCrae, R.R., and Costa, P.T., Jr. (2008). The Five-Factor Theory of personality. In O.P. John, R.W. Robins, and L.A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research (3rd Ed.)*. New York: Guilford.
- Mischel, W., Shoda, Y., & Smith, R.E. (2004). *Introduction to personality: Toward an integration (7th Ed.)*. New York: Wiley.
- Mittler, P. (1971). *The study of twins*. Oxford, England: Penguin.
- Ozer, D.J., & Benet-Martínez, V. (2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual Review Of Psychology*, *57*, 401-421.
- Pervin, L.A., Cervone, D., & John, O.P. (2005). *Personality: Theory and Research (9th Ed.)*. Hoboken, NJ: Wiley.
- Plomin, R., DeFries, J.C., & McClearn, G.E. (1990). *Behavioral genetics: A primer (2nd ed.)*. New York: W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Roberts, B.W., & DelVecchio, W.F. (2000). The rank-order consistency of personality traits from childhood to old age: A quantitative review of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, *126*(1), 3-25.
- Roberts, B.W., Kuncel, N.R., Shiner, R., Caspi, A., & Goldberg, L.R. (2007). The power of personality: The comparative validity of personality traits, socioeconomic status, and cognitive ability for predicting important life outcomes. *Perspectives on Psychological Science*, *2*(4), 313-345.
- Robins, R.W., Fraley, R.C., Roberts, B.W., & Trzesniewski, K.H. (2001). A longitudinal study of personality change in young adulthood. *Journal of Personality*, *69*(4), 617-640.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Rothbart, M.K. (1986). Longitudinal observation of infant temperament. *Developmental Psychology*, *22*(3), 356-365.
- Schultz, D., & Schultz, S.E. (1994). *Theories of personality (5th Ed.)*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Specht, J., Egloff, B., & Schmukle, S.C. (2011). Stability and change of personality across the life course: The impact of age and major life events on mean-level and rank-order stability of the Big Five. *Journal of Personality and Social Psychology*, *101*(4), 862-882.
- Srivastava, S., John, O.P., Gosling, S.D., & Potter, J. (2003). Development of personality in early and middle adulthood: Set like plaster or persistent change?. *Journal of Personality and Social Psychology*, *84*(5), 1041-1053.
- Sullivan, E.L., Holton, K.F., Nousen, E.K., Barling, A.N., Sullivan, C.A., Propper, C.B., & Nigg, J.T. (2015). Early identification of ADHD risk via infant temperament and emotion regulation: A pilot study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *56*(9), 949-957.

- Tackett, J.L., Krueger, R.F., Iacono, W.G., & McGue, M. (2008). Personality in middle childhood: A hierarchical structure and longitudinal connections with personality in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, 42(6), 1456-1462.
- Tellegen, A., Lykken, D.T., Bouchard, T.J., Wilcox, K.J., Segal, N.L., & Rich, S. (1988). Personality similarity in twins reared apart and together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1031-1039.
- Terracciano, A., Costa, P.J., & McCrae, R.R. (2006). Personality Plasticity After Age 30. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 32(8), 999-1009.
- Thomas, A., Chess, S., & Birch, H.G. (1970). The origin of personality. *Scientific American*, 223, 102-107.
- Turner, J.C., & Oakes, P.J. (1986). The significance of the social identity concept for social psychology with reference to individualism, interactionism and social influence. *British Journal of Social Psychology*, 25(3), 237-252.
- Warr, P.B. (1992). Age and occupational well-being. *Psychology and Aging*, 7, 37-45
- Weiss, A., King, J.E., Inoue-Murayama, M., Matsuzawa, T., & Oswald, A.J. (2012). Evidence for a midlife crisis in great apes consistent with the U-shape in human well-being. *PNAS Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 109(49), 19949-19952.