

Elke Meiborg

Onbedwingbare emoties

Nadruk op meetbaarheid hindert emotieonderzoek

De Academische Boekengids 53, november 2005, pp. 14-17.

Al eeuwenlang proberen onderzoekers de werking van het menselijk gemoed te doorgronden. De exacte wetenschappen hebben daarbij steeds meer het primaat gekregen. Maar zijn de gekozen onderzoeksmethoden hier niet verantwoordelijk voor? Pleidooi voor een veelzijdiger aanpak dan die de academische psychologie overheerst.

Weinig mensen bekommeren zich om exacte definities van emoties, maar iedereen heeft wel iets te vertellen over de emoties in eigen of andermans leven. Van ontroering bij een geboorte tot verdriet bij een overlijden: het zijn sterke, persoonlijke gevoelens die als uniek en betekenisvol worden beleefd. Emotionele ervaringen zijn kennelijk interessant – wat bijvoorbeeld is terug te zien in tv-programma's die de grote gevoelens van quizwinnaars, berooide burgers en herenigde geliefden meeslepend in beeld brengen. Vervoering verkoopt.

In de wetenschap ligt de zaak anders. Gedurende het ruim honderdjarige bestaan van de psychologie zijn allerhande visies op emoties voorbijgetrokken, van behavioristische tot fenomenologische theorieën. Maar telkens weer is er een biologische opvatting komen bovendrijven, waarin geen sprake is van persoonlijke belevingen of uniciteit. Veelgebruikte leerboeken voor de jongste generatie psychologiestudenten schetsen eveneens een sterk biologisch beeld van emoties. In *Psychology* van Peter Gray nemen ze in een hoofdstuk over motivatiemechanismen een bescheiden plek in tussen de zogenaamde *drives*: innerlijke toestanden van 'aandrang', waartoe ook honger, slaap en seksuele lust behoren. Aan deze *drives* dankt de menselijke soort haar overleving, omdat ze aansporen tot eten, rusten, voortplanten én gemeenschapszin. Voor dat laatste dienen de emoties, stelt Gray. Zij motiveren mensen tot sociaal gedrag, zodat ze in groepen kunnen leven. Wie bijvoorbeeld bloost van schaamte om een misstap, mag rekenen op vergeving in plaats van verstoting. Emoties lijken zich weliswaar voor te doen als individuele innerlijke ervaringen, maar zijn niets anders dan lichamelijke gebeurtenissen, die dus ook in het lichaam te zien en te meten zijn. Stimuli van buitenaf roepen in de hersenen allerlei chemische reacties op, die vervolgens het gedrag bepalen. De hedendaagse psychologie blijkt het terrein van de emoties grotendeels te hebben overgedragen aan de neurobiologie. Neurobiologen gaan ervan uit dat bij verschillende emoties verschillende hersengebieden actief zijn en hopen ooit voor elke emotie een bijpassend activatiepatroon in de hersenen te vinden.

Unieke gevoelens versus chemische reacties: blijkbaar gaapt er een fikse kloof tussen intuïtieve en wetenschappelijke kennis over emoties. Voor veel beginnende psychologiestudenten is dat een tegenval; zij hadden een visie verwacht die aansluit bij hun eigen beleving of hun eventuele plannen om zich ooit als therapeut over de emoties van anderen te buigen. Natuurlijk gebeurt het vaker dat de wetenschap voorbijgaat aan intuïtieve ideeën, maar juist als het draait om inzichten in het menselijk gemoed zou je verwachten dat de academische psychologie die ideeën op zijn minst onderzoekt.

Wie teleurgesteld is in de opvattingen van de moderne psychologie kan verhaal halen bij de geschiedenis van emotietheorieën. Die is veel ouder en reikt verder dan die van de psychologie als wetenschappelijke discipline. De historici Thomas Dixon en Otniel Dror deden beiden onderzoek naar het ontstaan van de biologische opvatting van emoties in de psychologie. Waar Dixon zich vooral richt op de periode tot aan het ontstaan van de academische psychologie rond 1900, betreft Dror ook de beginjaren van deze jonge wetenschap erbij.

Thomas Dixon, werkzaam aan de universiteit van Cambridge en van Lancaster, beschrijft in zijn boek *From Passions to Emotions* de theorievorming over de menselijke gemoedsbewegingen vanaf de achttiende-eeuwse klassiek-christelijke modellen van de ziel tot en met de beroemde emotietheorie van William James in de negentiende eeuw. Tegelijkertijd plaatst hij kanttekeningen bij de huidige wetenschappelijke visie op emoties en de hoop van onderzoekers deze ooit volledig in kaart te krijgen. Emotietheorieën zijn onvermijdelijk ingebed in bredere netwerken van opvattingen over mens en wetenschap, en worden daar mede door bepaald, stelt Dixon. Wie de geschiedenis induikt, ontdekt dat denkers in elke historische periode specifieke redenen hebben om de gemoedsberoeringen van de mens op een bepaalde manier te definiëren en te onderzoeken. Dixon concentreert zich op de vervanging van termen als 'passies' en 'affecties' door het woord 'emoties' aan het begin van de negentiende eeuw. In dat proces is het begrip 'emotie' geleidelijk van inhoud veranderd, totdat het mede door William James zijn huidige wetenschappelijke betekenis kreeg.

In de achttiende eeuw behoorde het denken over het innerlijk leven van de mens vooral tot het terrein van theologen en filosofen, die hun ideeën baseerden op het klassiek-christelijke gedachtegoed. Om de overgang van de oude passies naar de emoties van de hedendaagse psychologie te begrijpen, moet je terug naar Thomas van Aquino en diens inspirator Augustinus, betoogt Dixon.

Augustinus stelde ooit dat de mens een hoge, rationele ziel en een lage, animale ziel bezit, die elk verschillende gemoedsbewegingen voortbrachten. Bij de lage ziel hoorden de *passiones* en *appetites*: respectievelijk wilde, weerspannige, natuurlijke krachten als haat, angst en woede, en aardse zaken als honger, dorst en seksuele lust. In de hoge ziel regeerden de nobeler *affectiones* als liefde, mededogen en vreugde. Deze waren een teken van Gods aanwezigheid in de mens en droegen de belofte van het eeuwige leven in zich. Daarvoor moest de hoge ziel de lage passies wel onder controle zien te houden en dat vereiste een krachtig optredende wil. Dat die wil wel eens in gebreke bleef, was het bewijs én de straf voor de erfzonde, aldus Augustinus. Thomas van Aquino gaf de passies een positievere lading: volgens hem kon de hoge ziel de passies temmen tot deugdzaam wilshandelingen. Amoureuze stellen konden hun lusten bijvoorbeeld in de geoorloofde banen van de huwelijks trouw leiden. Daarmee werden de passies net als de affecties handelingen van de individuele menselijke wil.

‘DENKERS ALS HOBBS, NEWTON EN DESCARTES GAVEN CHRISTELIJKE
CONCEPTEN EEN ANDERE INVULLING; ER ONTSTONDEN DRIE KENMERKENDE
ANALOGIEËN IN HET ACHTTIENDE-EEUWSE DENKEN OVER DE MENSELIJKE GEEST.’

In de loop van de achttiende eeuw vond een verschuiving plaats naar een mechanischer visie op de mens, stelt Dixon. Denkers als Hobbes, Newton en Descartes gaven christelijke concepten een andere invulling; er ontstonden drie kenmerkende analogieën in het achttiende-eeuwse denken over de menselijke geest. Onder invloed van Descartes’ dualistische opvatting van de denkende ziel en het mechanische lichaam veranderden passies en affecties van actieve handelingen van de wil in passieve gewaarwordingen van de ziel. Nu waren ze te vergelijken met de zintuigen, waarbij die zintuigen de externe percepties van de ziel waren en de passies en affecties de interne percepties. De twee andere analogieën hadden te maken met de uitvinding van natuurkundige wetten en machines. Zowel vroege wetenschappers als filosofen en theologen begonnen de menselijke geest te zien als een door God ontworpen machine die aan natuurwetten onderhevig was. De vraag rees hoe deze machine dan in elkaar stak en volgens welke wetten ze werkte. Binnen deze opvatting nam het belang van de wil af. Daarmee werd de verschuiving in gang gezet naar latere definities van emoties als redeloze, onwillekeurige gevoelens.

Toch sprak men halverwege de achttiende eeuw nog steeds over gemoedsbewegingen in termen van passies en affecties. Het woord ‘emotie’ kwam er niet aan te pas; dat was slechts een algemene term voor ‘verstoring’ – toepasbaar op geest of lichaam, maar net zo goed op het weer. Pas aan het einde van de achttiende eeuw dook het woord voor het eerst op als specifieke aanduiding voor gemoedsberoeringen. De empirisch filosoof David Hume was volgens Dixon de eerste die het gebruikte, als synoniem voor passies of affecties, of als verzamelnaam voor beide.

In de vroege negentiende eeuw kreeg het woord ‘emoties’ een nieuwe status in de buitengewoon invloedrijke tekst *Lectures on the Philosophy of the Human Mind* (1820) van de arts en filosoof Thomas Brown. Brown wilde zich als wetenschapper losmaken van christelijke theorieën. Zijn ‘mentale scheikunde’ ontleedde en classificeerde gevoelens via introspectie. Voor alles wat zich niet onder de noemer ‘zintuiglijke sensaties’ enerzijds of ‘gedachten’ anderzijds liet scharen, bedacht Brown de categorie ‘emoties’. Dixon beschouwt deze als een vergaarbak van gevoelens die voorheen meestal actieve vermogens van de ziel waren geweest, maar nu een bonte categorie van passieve, non-cognitieve toestanden vormden. De begrippen ‘emotie’ en ‘gedachte’ of ‘verstand’ kwamen nu sterker tegenover elkaar te staan. In verband daarmee kunnen hedendaagse vertalers zich afvragen of de gangbare vertaling van Jane Austens romantitel *Sense and Sensibility* (1811) met ‘Verstand en gevoel’ wel klopt. Want, zoals Dixon leert, lag de relatie tussen de begrippen van beide paren in haar tijd anders.

In de loop van de negentiende eeuw zette de secularisering van emotietheorieën verder door. Evolutietheoretici en biologen eigenden zich Browns emotiecategorie toe als studieobject. In hun theorieën was voor christelijke ideeën geen plaats. Zij beschreven elke emotie als een soort munt met een subjectieve geestelijke en een objectieve lichamelijke zijde; wat in de geest plaatsvond, was afhankelijk van lichamelijke gebeurtenissen. Het lichaam was in hun optiek geen passief voertuig van de wil, maar speelde een actieve rol in het ontstaan van emoties. Daarmee impliceerden zij dat er geen grens bestond tussen mens en dier, en namen zij de mens op in hun evolutionair-biologische onderzoeksprogramma. Waren emoties voorheen subjectieve ervaringen, nu werden ze ‘objectieve materie’ die zich liet onderzoeken volgens de reductionistisch-empirische methoden van de gevestigde natuurwetenschap. Theoretici als Herbert Spencer en Charles Darwin gingen vanaf de jaren vijftig van de negentiende eeuw steeds meer volgens deze methoden te werk. Het idee dat emoties vanuit het brein en de zenuwen op andere lichaamsdelen inwerkten, won terrein. De persoonlijke beleving raakte op de achtergrond.

Toch bestonden er aan het einde van de negentiende eeuw geen scherpe grenzen tussen de theologische, natuurwetenschappelijke en filosofische benaderingen van emoties, zegt Dixon; iedereen mocht meedenken. Een belangrijke kwestie die meespeelde in het aanhoudende debat over wat emoties waren en hoe ze onderzocht dienden te worden, was de vraag of de bestudering van de menselijke geest een zelfstandige wetenschap kon worden. En zo ja, hoe die dan eruit moest zien. In een seculariserende wereld met een wetenschapscultuur waarin het streven naar objectiviteit vooropstond, sloeg de balans door richting de natuurwetenschap. Hoewel theologisch en fenomenologisch georiënteerde denkers potentieel vruchtbare emotietheorieën hadden ontwikkeld waarin ook plaats was voor de beleving van emoties, wisten deze theorieën het in het natuurwetenschappelijke geweld van hun tijd niet te redden.

In 1884 zette William James in zijn artikel *What is an Emotion?* de opmerkelijke theorie uiteen dat emoties niets anders zijn dan de gewaarwording van lichamelijke processen. Pas nadat ze zijn opgemerkt, krijgen die processen een emotionele betekenis toegekend. Mensen voelen een brok in hun keel en tranen op hun wangen, en concluderen dat ze ongelukkig zijn. Ze huilen dus niet omdat ze verdrietig zijn, maar zijn verdrietig omdat ze huilen. Hoewel die theorie vanaf het begin volgens Dixon terechte kritiek opriep, werd ze door haar nadruk op lichamelijke oorzaken van observeerbaar gedrag het vlaggenschip van een nieuwe, zelfstandige, natuurwetenschappelijk georiënteerde psychologie, zo besluit hij zijn verhaal.

‘HOEWEL THEOLOGISCH EN FENOMENOLOGISCH GEORIËNTEERDE DENKERS
POTENTIEEL VRUCHTBARE EMOTIETHEORIEËN HADDEN ONTWIKKELD WAARIN OOK
PLAATS WAS VOOR DE BELEVING VAN EMOTIES, WISTEN DEZE THEORIEËN HET IN
HET NATUURWETENSCHAPPELIJK GEWELD VAN HUN TIJD NIET TE REDDEN.’

De historicus Otniel Dror zet het onderzoek voort waar Dixon ophoudt. Dror is verbonden aan de Hebreeuwse Universiteit van Jeruzalem en publiceerde vele artikelen over de geschiedenis van het begrip ‘emotie’; binnenkort verschijnt zijn prachtige boek *Blush, Adrenaline, Excitement. Modernity and the Study of Emotions, 1860-1940*. De eerste psychologen schaafden net zolang aan hun emotieconcept tot het volgens het reductionistisch-empirische model te onderzoeken was, stelt ook hij. Wat niet in dat model paste, werd eruit verbannen. In de praktijk was het aan de onderzoekers in de experimentele laboratoria om deze klus te klaren en ervaring te herleiden tot ‘materie’. Dat was geen sinecure. De wetenschappers moesten individuele belevingen die als redeloos en onwillekeurig waren gedefinieerd onder gecontroleerde experimentele omstandigheden bestuderen. Dat bracht onvermijdelijk spanningen met zich mee. Dror noemt de situatie in het laboratorium zelfs paradoxaal. Een emotievrij lab was een voorwaarde voor de productie van neutrale kennis, maar onderzoekers moesten er wel emoties opwekken om ze te kunnen bestuderen. Dat kon alleen door die neutrale status van het lab te schenden, stelt hij. Dror houdt zijn vergrootglas boven het gesleutel van die vroege onderzoekers aan het concept ‘emotie’: hij laat zien hoe zij te werk gingen in het spanningsveld tussen onderzoeksobject en -methode.

Net als andere menswetenschappen maakte het emotieonderzoek steeds meer gebruik van instrumenten om het denken en doen van proefpersonen te peilen en zichtbaar te maken. Met apparaten mat men ook allerlei lichamelijke veranderingen die optraden gedurende het verloop van een emotie. Onderzoekers namen bijvoorbeeld lichaamsstoffen als bloed of speeksel af en analyseerden die op fysiologische verschillen voor, tijdens en na de emotie. Of ze koppelden het lichaam aan een apparaat met aanlopende lampjes of een uitslaande naald en keken wat er gebeurde als ze het gemoed van dat lichaam prikkelden. Emoties vatten ze op als verstoringen van een bepaalde toestand van lichamelijke kalmte, gedefinieerd door een fysiologische basiswaarde, stilstaande naald of gedoofd lampje. Dit was de neutrale achtergrond waartegen de emotie zich aftekende. Het verschil tussen beide condities werd omgezet in getallen of grafieken. De gedachte achter deze werkwijze was dat apparaten rechtstreeks toegang boden tot de emoties van de proefpersoon, zonder tussenkomst van diens mondelinge rapportage. Het instrument plaatste de subjectieve ‘belever’ van de emotie als het ware buiten het experiment en maakte het belangeloze lichaam tot autoriteit.

Maar, zoals Dror stelt, dit lukte niet zonder dat er oplossingen kwamen voor de spanningen in het lab. Een van de problemen hing samen met de noodzaak emoties gecontroleerd op te wekken, wat hoge eisen stelde aan de proefpersonen. Zij moesten onwillekeurige gevoelens op commando laten verschijnen en verdwijnen en aldus het instrument in beweging brengen. Alleen zij die bij herhaling in staat waren een apparaat te laten afwisselen tussen de neutrale stand en een aantal contrasterende standen, leverden bruikbare metingen op. Wie zijn emoties niet op het juiste moment wist te voeden of te bedwingen, verstoorde het hele onderzoeksmodel en moest het lab verlaten.

Een andere bron van spanning lag volgens Dror in het taalgebruik rond emoties. De aanduidingen voor gevoelens uit het alledaagse leven, de literatuur en de kunst waren subjectief en dus onwetenschappelijk. Om zich van dergelijke benaderingen te onderscheiden, moest het emotieonderzoek zich kunnen bedienen van een harde taal van meten en weten. Grafieken en getallen leenden zich daar uitstekend voor. Het spreken over emoties in cijfers transformeerde een brede verzameling van persoonlijke ervaringen in een homogene groep verstoorders van lichamelijke rust. De context en de beleving van de emotie deden er niet meer toe: deze hadden geen invloed op de kwantitatieve gegevens die het lichaam opleverde. Daarmee waren emoties volgens de onderzoekers universele en neutrale onderzoeksmaterie geworden. Door het nieuwe taalgebruik ontstond een harde, wetenschappelijke variant van een ‘zacht’ onderzoeksobject. Ook cijfers waren een middel om de paradox van de emoties in het lab te doorbreken, aldus Dror.

Zo ont deden de vroege psychologen emoties van alles wat met individuele belevingen te maken had en ontstond de biologische definitie van emoties als zichtbare lichamelijke verschijnselen. Ook anno 2005 bepalen natuurwetenschappelijke opvattingen de bestudering van emoties. De moderne neurobiologen werken volgens reductionistisch-empirische methoden en gaan er net als hun negentiende-eeuwse voorgangers van uit dat ze daarmee neutrale, universele kennis produceren. Ze observeren gebeurtenissen in de hersenen met instrumenten; ze meten, kwantificeren en beschrijven wat ze zien. Met steeds verfijndere technieken streven ze ernaar steeds meer feiten bloot te leggen en te verklaren. Zo hopen ze de emoties ooit wetenschappelijk te bedwingen.

'WAAR HONDERD JAAR GELEDEN NAALDEN EN LAMPJES BEPALEND WAREN, ZIJN DAT NU DE AFBEELDINGEN VAN MRI-SCANS.'

Het feit dat de biologische benadering zo succesvol is in het emotieonderzoek en zoveel belooft voor de toekomst, lijkt haar gelijk te bevestigen. Maar zo simpel ligt het niet. Onderzoek als dat van Dixon en Dror laat zien dat er geen neutrale, universele definitie van emoties bestaat. Emotietheorieën blijken nauw verweven met tijdgebonden opvattingen over wat mensen zijn en hoe je ze dient te onderzoeken. De biologische definitie van emoties is geen blootgelegd universeel feit, maar het product van harde arbeid, gebaseerd op invloedrijke negentiende-eeuwse theorieën over mens en wetenschap.

Neurobiologen voeren aan dat zij dankzij hun instrumenten wel degelijk objectieve, universeel geldige resultaten hebben verkregen. Maar wetenschapstheoretici wijzen er sinds de jaren zestig op dat de instrumenten van de wetenschap onvermijdelijk zelf theoriegeladen zijn. Dat geldt ook voor de apparaten in het emotieonderzoek: zij maken immers deel uit van de theorie dat emoties lichamelijk observeerbare mechanismen zijn. Onderzoekers moeten eerst beslissen wát ze willen observeren voor ze hun instrumenten kunnen maken. Vervolgens zijn het de instrumenten die definiëren wat emoties zijn en hoe ze eruitzien in het lichaam. Waar honderd jaar geleden naalden en lampjes bepalend waren, zijn dat nu de afbeeldingen van MRI-scans. Maar daarmee zijn de onderzoekers er nog niet: ze moeten het ook eens worden over de verwerking van hun observaties tot betekenisvolle resultaten. Cijfers en scans behoeven interpretatie en achter elke interpretatie zit een theorie. Zowel in de instrumenten zelf als in hun gebruik zijn dus opvattingen over emoties verwerkt; deze komen logischerwijs terug in de onderzoeksresultaten. Een van die opvattingen, die zo voor de hand ligt dat ze al niet eens meer opvalt, is dat emoties inderdaad objectief observeerbare, lichamelijke mechanismen zijn. Zo is de cirkel rond en lijkt de gekozen weg de enige juiste om ze te bestuderen.

De kloof tussen wetenschappelijke en intuïtieve kennis van emoties is zeker geen natuurlijk gegeven. Er zijn andere manieren om het menselijk gemoed wetenschappelijk te onderzoeken, zoals de constante onderstroom van interpretatieve benaderingen laat zien. Maar zolang de academische psychologie geïnspireerd blijft door reductionistisch-empirisch onderzoek, zullen die andere benaderingen op de achtergrond blijven. Psychologen die zich willen bekwamen als therapeut hoeven Gray er niet bij op te slaan. Zij komen dichterbij de waarheid van hun cliënten door af en toe de televisie aan te zetten.

Elke Meiborg is afgestudeerd in de Engelse taal- en letterkunde en klinische psychologie; zij bekwaamt zich momenteel als gesprekstherapeut.

Besproken boeken:

Blush, Adrenaline, Excitement. Modernity and the Study of Emotions, 1860-1940
door **Otniel Dror**
(te verschijnen, eind 2005)

From Passions to Emotions. The Creation of a Secular Psychological Category
door **Thomas Dixon**
Cambridge University Press. Cambridge 2003.
287 pag., € 79,10

Literatuur:

- **Jane Austen** (1811). *Verstand en gevoel*. Vert. van: *Sense and Sensibility*. Londen: Egerton, door Elke Meiborg (1994). Groningen: Boekwerk.'
- **Peter Gray** (2002). *Psychology*. New York: Worth.